

Росси́к Алексе́й Серге́евич
педагог дополнительного образования
Росси́к Лари́са Анато́льевна
педагог–психолог

МУ ДОД ЦДОД «Вдохновение» №21
г. Сыктывкар, Республика Коми

ИЗУЧЕНИЕ ВЛИЯНИЯ ЗАНЯТИЙ СПОРТИВНОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ «КАРАТЭ» НА УРОВЕНЬ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Аннотация: в статье рассматриваются вопросы влияния занятий каратэ–до на уровень агрессивного поведения детей. Авторы демонстрируют результаты исследований уровня агрессии и социально–психологической адаптации по определенным методикам.

Сегодня мир стал крайне опасным во многих отношениях. На первом месте в ряду дестабилизирующих факторов стоит эскалация агрессии в самых различных формах. Развитие технологической цивилизации привело к пересмотру основных ценностей и идеалов, которые в прошлом выступали в качестве ограничителей агрессивных эксцессов и способствовали упорядочиванию человеческих отношений. Теперь, когда фиксирующие рамки этики и духовности утратили свое былое значение для очень многих людей, последних сдерживают в их деструктивных поступках лишь сотрудники правоохранительных органов.

В последнее время наблюдается тенденция к росту уровня агрессивного поведения в подрастающей среде. Это связано с просмотром сцен насилия на экране телевизора, неблагоприятной обстановкой в семье и копированию девиантных действий в малой социальной группе. Работая с большим контингентом детей разного возраста (в спортивном клубе каратэ–до «Шотокан» в МУ ДОД ЦДОД «Вдохновение» № 21 г. Сыктывкара), мы пришли к убеждению, что проблеме социализации детей можно решать с помощью занятий каратэ–до. Основными показателями взаимосвязи физических и психических компонентов развития и социализации детей школьного возраста являются значимые составляющие жизнедеятельности: состояние физического, психологического и социального здоровья; активность (мотивация поступков, образ и условия жизни) [4].

Учитывая вышесказанное, в целях доказательства жизнеспособности и результативности программы «Каратэ–до» и ее реализации был проведен ряд психолого–педагогических исследований. В подборе методик и обработке результатов исследования активное участие принимали педагоги МУ ДОД ЦДОД «Вдохновение» № 21. Целью исследования было определить влияние занятий каратэ–до на уровень агрессивного поведения детей.

В исследовании приняли участие 30 обучающихся в возрасте 8–10 лет. Педагогические наблюдения проводились в условиях учебно–тренировочных занятий и в соревновательной обстановке. При проведении психологических исследований были использованы следующие методики: исследование агрессии по опроснику Басса–Дарки, исследование социально–психологической адаптации по методике К. Роджерса и Р. Даймонда [6].

Выделяя основные тенденции развития психологических свойств личности современных детей, такие как повышение уровня тревожности, агрессивности и замкнутости, мы предположили, что обучение детей по программе «Каратэ–до» окажет положительное влияние на уровень тревожности, на снижение агрессии и развитие коммуникативных способностей воспитанников [7].

В проведении формирующего эксперимента были задействованы две группы детей по 15 человек в возрасте 8–10 лет. Экспериментальную группу (ЭГ) составили обучающиеся, 1–й год занимающиеся в секции каратэ–до МУ ДОД ЦДОД «Вдохновение» № 21 по модернизированной программе «Каратэ–до» педагога дополнительного образования Росси́к А.С., контрольную (КГ) – обучающиеся, 1–й год занимающиеся в секции «Ритмика» педагога дополнительного образования Сольниц О.В. по общепринятой программе.

Исследование проводилось в четыре этапа в 2012 – 2013 гг.

Первый этап – диагностический. Входная диагностика групп осуществлялась в течение сентября–октября. На данном этапе использовались следующие методики: исследование агрессии по опроснику Басса–Дарки, исследование социально–психологической адаптации по методике К. Роджерса и Р. Даймонда [6].

Второй этап – формирующий. Проводилась апробация программы спортивной секции каратэ–до на базе МУ ДОД ЦДОД «Вдохновение» №21. Методы: беседы, учебно–тренировочные занятия, соревнования, тренинги и т. д.

Третий этап – диагностический. Осуществлялась повторная диагностика в конце учебного года с использованием тех же методик.

Четвертый этап заключался в анализе и интерпретации результатов исследования.

В ходе эксперимента были протестированы две группы детей 1–го года обучения (табл. 1).

При сравнении средних величин уровня тревожности до и после реализации коррекционно–развивающей программы выявлены статистически достоверные различия ($p < 0,05$) по критерию Стьюдента.

Таблица 1

Результаты исследований уровня агрессии по опроснику Басса–Дарки

группы	Начало учебного года	Конец учебного года
	Среднее значение уровня физической агрессии, баллы	
Экспериментальная	43,5	40
Контрольная	40	45
	Среднее значение уровня вербальной агрессии, баллы	
Экспериментальная	41	38
Контрольная	40	42

Итоговая диагностика показала, что на занятиях каратэ обучающиеся приобретают новый опыт управления агрессивным поведением, направляя его на достижение успехов в спорте.

Таблица 2

Результаты исследований социально–психологической адаптации по методике К. Роджерса и Р. Даймонда

Время проведения исследования	Адаптация	Самопринятие	Принятие других	Эмоциональный комфорт	Стремление к доминированию
Экспериментальная группа					
Начало учебного года	4	4	3	4	3
Конец учебного года	6	3	4	6	6
Контрольная группа					
Начало учебного года	4	4	3	3	3
Конец учебного года	5	5	3	4	4

Социометрия (табл. 2) показала, что в ЭГ при проведении эксперимента было выявлено понижение уровня «самопринятия» и «эмоционального комфорта».

Эти оценки говорят о том, что обучающиеся стали относиться к себе более критично, воспринимать себя как бы со стороны других, что способствует более адекватной самооценке.

Повышение оценок по шкалам «принятия других», «адаптация» и «стремление к доминированию» означает, что занятия каратэ способствуют укреплению межличностных связей, способности быстро адаптироваться в новых условиях и занимать лидерские позиции в жизни. На основании диагностических данных можно сделать вывод, что занятия каратэ не влияют на повышение уровня агрессивного поведения у обучающихся. Каратэ является лишь частью социальной культуры общества и не несет на себе роль обучения агрессивному поведению.

Когда нужно отстоять спортивную честь страны на международных соревнованиях, когда необходимо спасти своих близких от нападения уличных хулиганов, наконец, когда приходится с оружием в руках защищать свою Родину – тут без высокого уровня управляемой агрессивности не обойтись.

Список литературы

1. Бэрон Р., Ричардсон Д. Агрессия. СПб., 2006.
2. Биджиев С. В. Сётокан/ С. В. Биджиев. – СПб., 2005.– 560 с.
3. Брель Е. Ю. Социально–психологические факторы формирования тревожности у младших школьников и пути ее профилактики и коррекции/Е. Ю. Брель. – Кемерово. 2005.
4. Волков Л. В. Обучение и воспитание юного спортсмена/ Л. В. Волков. – Киев: Здоровье, 2007. –143 с.
5. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2006.
6. «Психологические тесты». В 2 т., т. 2 / под ред. А. А. Карелина. – М.: Владос, 2008.
7. Попов А. Л. Спортивная психология / А. Л. Попов. – М.: Изд-во Флинта, 2008.