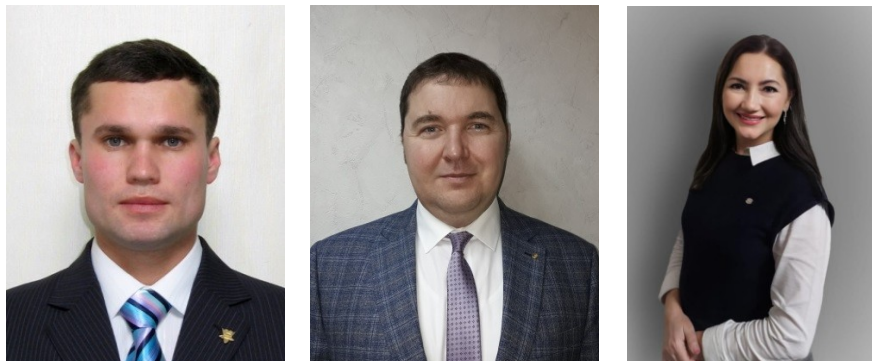


Культура физическая и здоровье. 2022. № 4 (84). С. 168-170.  
Physical Culture and Health. 2022, 84 (4), 168-170.

Научная статья  
УДК 37  
DOI: 10.47438/1999-3455\_2022\_4\_168

## ВЛИЯНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА ПО КАРАТЭ НА ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА



Николай Геннадьевич Москвин<sup>1</sup>, Алексей Геннадьевич Исавнин<sup>2</sup>,  
Ирина Ахсановна Ахмадуллина<sup>3</sup>

*Набережночелнинский институт (филиал) Казанского (Приволжского) федерального университета<sup>1, 2, 3</sup>  
Набережные Челны, Россия*

<sup>1</sup> *Кандидат педагогических наук, профессор, профессор кафедры физического воспитания и спорта,  
Мастер спорта России по традиционному каратэ, 3-й Дан  
тел.: +7(927) 467-33-37; e-mail: akpatr@mail.ru  
ORCID0000-0001-7359-3984*

<sup>2</sup> *Доктор физико-математических наук, профессор, профессор кафедры бизнес-информатики и математических  
методов в экономике  
тел.: +7(904) 768-77-83; e-mail: isavnin@mail.ru  
ORCID0000-0001-6413-3329*

<sup>3</sup> *Кандидат педагогических наук, доцент кафедры конституционного, административного и международного права  
тел.: +7(987) 279-77-25; e-mail: irina-ahmad@mail.ru  
ORCID0000-0002-8303-3726*

**Аннотация.** В статье рассматривается вопрос о влиянии учебно-тренировочного процесса по каратэ на формирование мотивации у детей младшего школьного возраста. Рассматривается суть понятия «мотивация», дается его определение и раскрываются особенности мотивации для занятий каратэ. Представлены отличительные особенности системы каратэ. Проанализированы факторы, влияющие на мотивацию учеников. Показано, что внутренняя мотивация играет решающую роль. При этом максимальный результат может быть достигнут при условии соответствия плана и задач тренировок реальным возможностям обучающихся. Мотивация может существенно возрастать при достижении целей, так как это приводит к усилению желания продолжать тренировки с большим усердием и энтузиазмом, что положительно отражается как на физическом и психологическом состоянии учеников, так и на улучшении демонстрируемых ими результатов. Для многих школьников младшего возраста очень большое значение имеет эмоциональная составляющая тренировок, получение сильных положительных впечатлений от поступательного движения к поставленным целям, достижения определенных результатов от собственных усилий. Большое значение имеет и личность наставника. Статья носит теоретический характер.

**Ключевые слова:** каратэ, мотивация, дети, ученик, физическая культура, спорт, учебно-тренировочный процесс, подготовленность, тест, результат.

**Для цитирования:** Москвин Н. Г., Исавнин А. Г., Ахмадуллина И. А. Влияние учебно-тренировочного процесса по каратэ на формирование мотивации у детей младшего школьного возраста // Культура физическая и здоровье. 2022. № 4 (84). С. 168-170. DOI: 10.47438/1999-3455\_2022\_4\_168.

### Введение

В современном мире очень остро стоит вопрос о увеличении физической активности детей, так как из-за внедрения в повседневную жизнь современных компьютерных технологий сильно прогрессирует малоподвижный образ жизни. Все это ведет к снижению физической подготовленности ребенка. Главным фактором является то, что физкультурные занятия должны быть доступными и иметь новизну.

Вопросы, которые касаются мотивации детей знакомы многим издавна. Особенно мотивация детей к занятиям физической культурой и спортом. Следует отметить, что, даже имея достаточное физическое развитие, определенные волевые качества, но, не имея достаточного уровня мотивации, школьник не будет серьезно заниматься каким-либо видом спорта.

В данной работе рассмотрены особенности воздействия занятий каратэ на воспитание волевых качеств, интереса и упорства при достижении целей детьми младшего школьного возраста.

### Основные идеи

В настоящее время уроки по физической культуре не вызывают интереса у тех детей, которые имеют излишний вес и слабую физическую подготовленность. Это объясняется тем, что сдача контрольных тестовых нормативов вызывает у них психологическое напряжение и некий эмоциональный дискомфорт. В этой связи интересны возможные пути повышения внутренней мотивации. Возникает вопрос, что же такое мотивация? В ряде источников дается следующее определение: «Мотивация – побуждение к действию, динамический процесс психо-физиологического плана, управляющий поведением человека, определяющий его направленность, организованность, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности» [7].

Мотивация для занятий спортом может быть направлена как на сам процесс занятий, так и на результат. В младшем школьном возрасте (когда, как правило, многие начинают заниматься спортом), мотивацией может быть удовлетворение естественной биологической потребности в движении, а также получение впечатлений, непосредственных эмоций, связанных со спортивной деятельностью (т.е. мотивация психологического характера) [6, 7].

По нашему мнению, учебно-тренировочный процесс по изучению каратэ можно считать привлекательной современной физкультурно-оздоровительной технологией и системой. Возникает вопрос, чем же отличается система каратэ от других видов физкультурной деятельности? Перечислим несколько отличий.

1. Занятия каратэ доступны при любом уровне физической подготовленности [2]. 2. Основными методами обучения в каратэ являются наглядный метод и метод слова [5]. 3. Школьник младших классов на занятиях физической культурой и в спортивных секциях мотивирован, прежде всего, на получение результата. В свою очередь, при занятиях каратэ результатом является достижение гармоничного телосложения и психологической устойчивости в стрессовых ситуациях, а также знакомство с таинственной восточной культурой [1]. 4. Для реализации своих устремлений ученик, в ходе занятий каратэ, сам определяет направление программы обучения. К составляющим программы относятся: базовая техника ударов, стоек и блоков (кихон), комплексы боевых формальных упражнений (ката), поединки с реальным противником (кумитэ) [3, 4, 9, 10]. Данный выбор осуществляется на каждом занятии в зависимости от настроения, самочувствия и т. д.

### Библиографический список

1. Бельц, В. Э. Влияние занятий каратэ-до на социализацию подростков // Физическая культура, воспитание, образование, тренировка. 2007. №3. С. 37-38.
2. Мартин, Эшли П. Библия карате сетокан.: от начального уровня до черного пояса / Эшли П. Мартин ; пер. с англ. Т.А. Бобровой. Москва: АСТ : Астрель, 2010. 213 с. ISBN 978-5-17-066713-0. ISBN 978 – 5-271-27708-5. ISBN 978-0-7136-7870-3.
3. Микрюков, В.Ю. Энциклопедия каратэ. История и философия, теория и практика, педагогические принципы и методики обучения / В.Ю. Микрюков. Санкт-Петербург : Весь, 2014. 576 с. ISBN 978-5-9573-2542- 0.
4. Москвин Н. Г. Каратэ-до (IJKА). Программа для системы дополнительного образования детско-юношеских спортивных школ (групп начальной подготовки). Набережные Челны: ИНЭКА, 2005. 87 с.
5. Москвин, Н.Г. Программно-методические основы развития нравственных и физических качеств подростков средствами каратэ – до в системе дополнительного образования: монография / Н.Г. Москвин.- Набережные Челны: Изд-во Кам. госуд. инж. экон. акад., 2009.182 с. ISBN 978-5- 9536-0174-0.
6. Москвин Н.Г., Гумеров Р.А. Этика каратэ как средство воспитания личности подростка // Культура физическая и здоровье. 2014. № 1.С. 54-56.
7. Москвин Н.Г., Гумеров Р.А. Нравственная мотивация детей и подростков для занятий каратэ // Культура физическая и здоровье. 2014. № 4.С. 73-75.
8. Москвин, Н.Г. Совершенствование работы клуба каратэ с использованием информационных технологий / Н.Г. Москвин, В.В. Головин, А.Г. Исавнин. Маврикий: LAPLAMBERTAcademicPublishing, 2021.95 с. ISBN 978-620-3-58247-5.
9. Накаяма, М. Лучшее каратэ. В 11-ти т. Т.1. Полный обзор / М. Накаяма. М.: Ладомир, АСТ, 1998. 142 с.

Именно данные ключевые отличия делают учебно-тренировочный процесс по каратэ наиболее привлекательной формой физической активности для детей младшего школьного возраста. Не секрет, что если занятия не интересны, а предлагаемые задания сложны для выполнения, воспитанник ищет любую причину для того, чтобы их не посещать или присутствовать на них лишь формально. В данной ситуации внутренняя мотивация играет решающую роль. Максимальный результат при этом достигается, когда план и задачи тренировок соответствуют реальным возможностям школьников. Достижение целей, в свою очередь, приводит к усилению желания продолжать тренировки с большим усердием и энтузиазмом, что положительно отражается как на физическом и психологическом состоянии учеников, так и на улучшении демонстрируемых ими результатов. Кроме этого, в глазах учеников становится более ценным и сам процесс обучения, взаимодействие с партнерами по тренировке. Возрастает также авторитет наставника, отношения с ним становятся более доверительными и уважительными [11].

Для многих школьников младшего возраста очень большое значение имеет эмоциональная составляющая тренировок, получение сильных положительных впечатлений от поступательного движения к поставленным целям, достижения определенных результатов от собственных усилий. Все это повышает их самооценку, пробуждает уверенность в себе, воспитывает характер, закаляет волю, позволяет в дальнейшем стойко переносить сложные жизненные ситуации, спокойно и твердо справляться с трудностями.

### Выводы

Исходя из вышеизложенного, можно заключить, что мотивация играет существенную роль для школьников, увлекающихся восточными единоборствами. При этом сам процесс тренировок, его траектория и стиль, отношения с наставником могут оказывать значительное влияние на внутреннюю мотивацию. Занятия каратэ, помогающие укрепить физическое и психологическое здоровье, заслуживают серьезного продвижения и пропаганды различными средствами и технологиями [8] среди учеников начальных классов.

### Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

10. Пфлюгер, А. Шотокан карат-до: 27 ката в схемах и рисунках для аттестации и соревнований / Альбрехт Пфлюгер ; пер. с нем. Е. Гупало. Москва : ФАИР-ПРЕСС, 2002. 132 с. ISBN 5-8183-0512-0(рус.). ISBN 3-8068-2125-9(нем.).
11. Хики, П.М. Карате : техника и тактика / П.М. Хики. Москва : Эксмо, 2005. 208 с. ISBN 5-699-12879-4.

#### References

1. Belz, V.E. Influence of karate-do lessons on socialization of teenagers // Physical culture, upbringing, education, training. 2007. №3. С. 37-38.
2. Martin, Ashley P. The Shotokan karate bible: from the initial level to the black belt / Ashley P. Martin ; translated from English by T.A. Bobrova. – Moscow: AST : Astrel, 2010. 213 p. – ISBN 978-5-17-066713-0. – ISBN 978 – 5-271-27708-5. ISBN 978-0-7136-7870-3.
3. Mikryukov V.Y. Encyclopedia of Karate. History and philosophy, theory and practice, pedagogical principles and teaching methods / V.Y. Mikryukov. - St. Petersburg : Ves, 2014. - 576 с. - ISBN 978-5-9573-2542- 0.
4. Moskvina N.D. Karate-do (IJKА). Programma dlya sistemy dopolnitel'nogo obrazovaniya detsko-yunosheskih sportivnyh shkol (grupp nachal'noj podgotovki) [Karate-do (IJKА). The program for the system of additional education of children and youth sport schools (groups of initial preparation)]. Naberezhnye Chelny, INEKA Publ., 2005. 87 p.
5. Moskvina, N.G. Program-methodical bases of development of moral and physical qualities of teenagers by means of karate-do in system of additional education: monography / N.G. Moskvina. – Naberezhnye Chelny: Publisher Kama State Academy of Engineering and Economics, 2009. – 182p. - ISBN 978-5- 9536-0174-0.
6. Moskvina N.G., Gumerov R.A. The ethics of karate as a tool of parenting personality of teenager // Physical culture and health. 2014. № 1.С. 54-56.
7. Moskvina N.G., Gumerov R.A. Moral motivation of children and teenagers for doing karate // Physical culture and health. 2014. № 4.С. 73-75.
8. Moskvina, N.G.Improving the work of the karate club using information technology / N.G. Moskvina, V.V. Golovina, A.G. Isavnin.- Mauritius: LAP LAMBERT Academic Publishing, 2021.-95 p. - ISBN 978-620- 3-58247-5.
9. Nakayama, M. The best karate. In 11 vols. Vol.1. Full review / M. Nakayama. – M.: Lodomir, AST, 1998. – 142 p.
10. Pfluger, A. Shotokan karate-do: 27 kata in schemes and drawings for certification and competitions / Albrecht Pfluger ; translated from German by E. Gupalo. –Moscow : FAIR PRESS, 2002. – 132 p. – ISBN 5-8183-0512-0 (rus.). – ISBN 3-8068-2125-9 (German).
11. Hiki, P.M. Karate:technique and tactics / P. M. Hickey. – Moscow: ECMO, 2005. -208 p. – ISBN 5-699-12879-4.

Поступила в редакцию 03.11.2022

Подписана в печать 29.12.2022

Original article

UDC 37

DOI: 10.47438/1999-3455\_2022\_4\_168

#### THE INFLUENCE OF THE KARATE TRAINING PROCESS ON THE FORMATION OF MOTIVATION IN PRIMARY SCHOOL CHILDREN

Nikolai G. Moskvina <sup>1</sup>, Alexey G. Isavnin <sup>2</sup>, Irina A. Ahmadullina <sup>3</sup>

*Naberezhnye Chelny Institute (branch) of Kazan (Volga) Federal University <sup>1,2,3</sup>  
Naberezhnye Chelny, Russia*

<sup>1</sup> *PhD of Pedagogy, Professor, Professor of the Department of physical education and sports*

*Master of Sports of Russia in traditional karate, 3rd Dan*

*ph.: +7(927) 467-33-37; e-mail: akpatr@mail.ru*

<sup>2</sup> *Grand PhD of physics and mathematics, Professor, Professor of the Department of business-informatics and mathematical methods in economics*

*ph.: +7(904) 768-77-83; e-mail: isavnin@mail.ru*

<sup>3</sup> *PhD of Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of the Department of constitutional, administrative and international law*

*ph.: +7(987) 279-77-25; e-mail:irina-ahmad@mail.ru*

**Abstract.** The article discusses the impact of the karate training process on the formation of motivation in primary school children. The essence of the concept of "motivation" is considered, its definition is given, and its features for karate classes are revealed. The differences between the karate system and traditional physical education or training in the sports section are presented. The factors influencing the motivation of students are analyzed. It is shown that internal motivation plays a crucial role. At the same time, the maximum result can be achieved provided that the training plan and tasks correspond to the real capabilities of the pupils. Motivation can increase significantly when achieving goals, as this leads to an increased desire to continue training with great diligence and enthusiasm, which has a positive effect on both the physical and psychological state of students, and on improving the results they demonstrate. For many younger schoolchildren, the emotional component of training is very important, getting strong positive impressions from the progressive movement towards the goals set, achieving certain results from their own efforts. The mentor's personality is also of great importance. The article is theoretical in nature.

**Key words:** karate, motivation, children, pupil, physical culture, sports, educational and training process, preparedness, test, result.

**Cite as:** Moskvina N. G., Isavnin A. G., Akhadullina I. A. The influence of the karate training process on the formation of motivation in children of primary school age // Physical culture and health. 2022. No. 4 (84). pp. 168-170. DOI: 10.47438/1999-3455\_2022\_4\_168.

Received 03.11.2022

Accepted 29.12.2022