

ОСОБЕННОСТИ ПРЕПОДАВАНИЯ КАРАТЭ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ



Николай Геннадьевич Москвин <sup>1</sup>, Вадим Вадимович Головин <sup>2</sup>,  
Роэль Анверович Гумеров <sup>3</sup>, Алексей Геннадьевич Исавнин <sup>4</sup>

*Набережночелнинский институт (филиал) Казанского (Приволжского) федерального университета <sup>1</sup>*  
*Набережные Челны, Россия*  
*Казанский национальный исследовательский технический университет КНИТУ-КАИ им. А. Н. Туполева <sup>2</sup>*  
*Казань, Россия*

*Набережночелнинский государственный педагогический университет <sup>3</sup>*  
*Набережные Челны, Россия*

*Набережночелнинский институт (филиал) Казанского (Приволжского) федерального университета <sup>4</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  
ORCID 0000-0001-7359-3984

<sup>2</sup> Старший преподаватель кафедры физической культуры и спорта,  
Отличник физической культуры и спорта Республики Татарстан, 5-й Дан  
тел.: +7(917) 391-34-19, e-mail: golovin-jks@list.ru  
ORCID 0000-0002-9790-668X

<sup>3</sup> Кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры физической культуры и спорта  
тел.: +7(987) 209-93-29, e-mail: roelg@mail.ru  
ORCID 0000-0002-5966-2258

<sup>4</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  
ORCID 0000-0001-6413-3329

**Аннотация.** В данной статье рассматривается вопрос о влиянии воспитательно-тренировочного процесса по каратэ на формирование нравственных и физических качеств у обучающихся. Гармоничное сочетание физического и духовного начал в человеке является важным фактором в восточных единоборствах, которые отличаются комплексной системой психологической подготовки, где существует целостный взгляд на человека и на окружающую его реальность, которую он, в силу своих развитых физических, моральных и психологических качеств и при направляющем действии силы и чистоты сознания, способен изменить в положительную сторону, создавая, таким образом, гармонию внутри себя и в окружающем мире. Представлены отличительные положительные особенности системы каратэ. Отмечена необходимость единства обучения и воспитания на тренировках как целостного подхода. Рассмотрены особенности проведения обучения на современном этапе. Сейчас, когда внешнее негативное влияние на нашу страну очень велико, с особой остротой встают вопросы консолидации нашего общества, духовного единства, сплочённости, формирования волевых качеств, ответственности, готовности к отражению неблагоприятных внешних воздействий различного характера. Выявлена острая необходимость введения элементов патриотического воспитания на тренировках. Статья носит теоретический характер.

**Ключевые слова:** восточные единоборства, каратэ, физическая подготовка, физические качества, учебная программа, общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, патриотизм, воспитание, современные условия.

**Для цитирования:** Особенности преподавания каратэ в современных условиях / Н. Г. Москвин, В. В. Головин, Р. А. Гумеров [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2023. № 2. С. 100-103. DOI: 1047438-1999-3455\_2023\_2\_100.

### Введение

В настоящее время развитие общества характеризуется коренными изменениями во всех сферах общественно-политической и экономической жизни. Кризис общественного сознания привел к усилению криминогенности общества, росту преступности (в том числе и детской), насилию, открытой пропаганде распущенности нравов. Особенно сложная ситуация сложилась в молодежной среде. Непростая внешнеполитическая обстановка значительно усиливает данные тенденции.

### Основные идеи

Сегодня отчетливо обозначились объективная необходимость приобщать молодежь к ценностям общечеловеческой культуры, в том числе и физической, и на этой основе осуществлять воспитание духовности. Гармоничное сочетание физического и духовного начал в человеке является само собой разумеющимся фактором в восточных боевых искусствах, отличающихся комплексной системой психологической подготовки, где существует целостный взгляд на человека и на окружающую его действительность, которую он, в силу своих развитых физических, моральных и психологических качеств и при направляющем действии силы и чистоты сознания, способен изменить в лучшую сторону, создавая таким образом гармонию в самом себе и в окружающем его мире.

Целостный педагогический процесс по формированию физической культуры личности одновременно складывается из процесса обучения и процесса воспитания. Они неразрывно связаны друг с другом.

Появление каратэ на континенте связано с развитием научно-технического прогресса, обменом опыта, с проблемой интеграции людей в различные уголки мира, с взаимодействием культур, расширением международных контактов и информационного пространства. Наша страна, исторически сформировавшаяся как межцивилизационный феномен, который развивается в условиях постоянного диалога и взаимодействия культур Востока и Запада, имеет большую возможность изучения и использования их культурного и исторического наследия.

Для молодого поколения большой интерес представляют традиционные восточные боевые искусства. Они привлекают разнообразием движений (уклонов, уходов, ударных и бросковых техник) и эффективностью [4, 6].

Анализ отечественной и зарубежной литературы в области боевых искусств Востока привел нас к идее о возможностях их использования в процессе обучения и воспитания студентов. Ряд высших учебных заведений включили сейчас каратэ в свои программы физической подготовки. Все большее число юношей и девушек изучает приемы каратэ. В некоторых странах мира изучение каратэ включено в школьную программу. Каратэ получает все большую популярность как вид спорта [7].

**На современном этапе жизни**, когда научно-технический прогресс все более ограничивает двигательную активность человека, отделяет его от природы, каратэ приобретает особую значимость. Занятия каратэ, способствуя формированию необходимых жизненных позиций у молодежи, содействуя интеллектуальному, эстетическому, волево-воспитанию, гармоническому развитию физических качеств, укрепляют здоровье, вооружают большим объемом специальных знаний и технико-тактических действий [1, 2, 6]. Все это способствует значительно повышению работоспособности, формируя социально активных граждан.

В настоящее время каратэ становится настолько популярным, что можно без преувеличения сказать: нет такой страны в мире, где бы оно не культивировалось. С одной стороны, оно привлекает своей спортивной направленностью, а

с другой - традиционными боевыми аспектами, как искусство. Гармоничное сочетание того и другого привлекает молодых и пожилых мужчин и женщин к занятиям каратэ в соответствии с их личными наклонностями.

Сегодня роль каратэ в физическом воспитании молодежи огромна. Как один из видов нетрадиционной физической культуры каратэ почти не знает себе равных. Его техника предусматривает работу большого количества мышц, что создает прекрасные условия для общей тренировки тела, развивает координацию, ловкость, гибкость, прыгучесть, равновесие, возможность обучаться движению во всех пространственных направлениях свободно и универсально, позволяет поддерживать хорошую спортивную форму [3, 9, 10]. Как практическое средство самообороны оно широко изучается в частных секциях. Пропаганда идей каратэ и нравственно-физических основ занятий боевыми искусствами ведется довольно активно, в том числе, с использованием современных информационных технологий [5].

К сожалению, многие люди, видя поединки по телевидению, считают каратэ изучением приемов «драки». Возникает острая актуальная проблема нравственного становления занимающихся каратэ.

Обратимся к некоторым фрагментам истории данного боевого искусства. В начале развития каратэ в Японии, примерно после 1935 года, все студенческие клубы каратэ во всей Японии проводили соревнования между собой. Масатоси Накаяма, главный шеф-инструктор Японской ассоциации каратэ (ЖКА), говорил: «Участники этих встреч совершенно свободно нападали друг на друга, используя любые известные им техники каратэ. Несмотря на травмы, традиция проведения таких «встреч» была очень популярной в течение некоторого времени. Я был учеником в клубе каратэ в те дни. Я боялся, что если такая традиция будет продолжена, то каратэ просто выродится в варварскую и опасную технику». Впоследствии были введены единые правила по каратэ [7, 8].

### Выводы

Исходя из вышесказанного, можно утверждать, что уже в то время были определенные предпосылки для решения вопроса сохранения высоких канонов нравственности в каратэ.

В современных условиях, когда внешнее откровенно враждебное воздействие на нашу страну (различные экономические санкции, информационное давление, диверсии, распространение деструктивных идеологий и др.) достигает неприемлемого уровня, с особой остротой встают вопросы консолидации нашего общества, духовного единства, сплоченности, готовности дать решительный отпор врагам. Занятия каратэ, системой не только физического, но и нравственно-психологического воспитания, несомненно, оказывают глубочайшее позитивное воздействие на формирование таких качеств как стойкость, выдержка, готовность встать на защиту интересов Отечества. Особенно важно сочетать тренировки и патриотическое воспитание при работе с молодежью и детьми.

На наш взгляд, пока еще ощущается недостаток глубоких научных исследований, затрагивающих методы и формы развития патриотизма у детей и молодежи как основного стратегического ресурса России.

Сегодня концентрированное воспитание патриотических качеств у занимающихся каратэ должно являться обязательной частью тренировок. Воплощение данной идеи в жизнь возлагается на образовательные и спортивные организации и учреждения нашей страны.

#### Конфликт интересов

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

#### Библиографический список

1. Мартин, Эшли П. Библия карате сетокан.: от начального уровня до черного пояса / Эшли П. Мартин ; пер. с англ. Т.А. Бобровой. – М. : АСТ : Астрель, 2010. – 213 с. – ISBN 978-5-17-066713-0. – ISBN 978 – 5-271-27708-5. – ISBN 978-0-7136-7870-3.
2. Микрюков В. Ю. Энциклопедия каратэ. История и философия, теория и практика, педагогические принципы и методики обучения. – СПб. : Весь, 2014. – 576 с. – ISBN 978-5-9573-2542-0.
3. Москвин Н. Г. Каратэ-до (IJKА). Программа для системы дополнительного образования детско-юношеских спортивных школ (групп начальной подготовки). – Набережные Челны: ИНЭКА, 2005. – 87 с.
4. 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.
5. Москвин, Н.Г. Совершенствование работы клуба каратэ с использованием информационных технологий / Н.Г. Москвин, В.В. Головин, А.Г. Исавнин. – Маврикий : LAP LAMBERT Academic Publishing, 2021. – 95 с. – ISBN 978-620-3-58247-5.
6. Москвин, Н.Г. Физическая культура студентов с использованием средств и методов восточных единоборств(на примере каратэ): учебное пособие / Н.Г. Москвин, В.В. Головин, В.М. Григо. – Набережные Челны: Издательско-полиграфический центр НЧИ К(П)ФУ, 2015. –112 с.
7. Накаяма, М. Лучшее каратэ. В 11–ти т. Т.1. Полный обзор / М. Накаяма. – М.: Ладомир, АСТ, 1998. – 142 с.
8. Пфлюгер, А. Шотокан карат-до: 27 ката в схемах и рисунках для аттестации и соревнований / Альбрехт Пфлюгер ; пер. с нем. Е. Гупало. – М. : ФАИР-ПРЕСС, 2002. – 132 с. – ISBN 5-8183-0512-0(рус.). – ISBN 3-8068-2125-9(нем.).
9. Хики, П.М. Карате : техника и тактика / П. М. Хики. – М. : Эксмо, 2005. – 208 с. – ISBN 5-699-12879-4.
10. Цвелев, С.В. Путь каратэ: от ученика до мастера / С.В. Цвелев. – М.: Изд-во Новости , 1992. – 287 с.

#### References

1. 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.
2. 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.
3. Moskvin N.D. Karate-do (IJKА). Programma dlya sistemy dopolnitel'nogo obrazovaniya detsko-yunosheskih sportivnyh shkol (gruppnachal'nojpodgotovki) [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.
4. Moskvin, 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. Moskvin. – Naberezhnye Chelny: Publisher Kama State Academy of Engineering and Economics, 2009. – 182 p. – ISBN 978-5- 9536-0174-0.
5. Moskvin, N.G. Improving the work of the karate club using information technology / N.G. Moskvin, V.V. Golovin, A.G. Isavnin. – Mauritius : LAP LAMBERT Academic Publishing, 2021. – 95 p. – ISBN 978-620- 3-58247-5.
6. Moskvin, N.G. Physical culture of students using means and methods of martial arts (on the example of karate): textbook / N.G. Moskvin, V.V. Golovin, V.M. Grigo. – Naberezhnye Chelny: Publishing and Printing Center of NCI K(P)FU, 2015. – 112 p.
7. Nakayama, M. The best karate.In 11 vols. Vol.1.Full review / M. Nakayama. – М.: Ladomir, AST, 1998. – 142 p.
8. 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).
9. Hiki, P.M. Karate:technique and tactics / P. M. Hickey. – Moscow: ESMO, 2005. -208 p. – ISBN 5-699-12879-4.
10. Tsvelev, S.V. The path of karate: from student to master / S.V. Tsvelev. – М.: Publishing House Novosti , 1992. – 287 p.

Поступила в редакцию 05.05.2023

Подписана в печать 29.06.2023

Original article  
UDC 796  
DOI: 10.47438/1999-3455\_2023\_2\_100

### FEATURES OF TEACHING KARATE IN MODERN CONDITIONS

Nikolai G. Moskvina<sup>1</sup>, Vadim V. Golovin<sup>2</sup>, Roel A. Gumerov<sup>3</sup>, Alexey G. Isavnin<sup>4</sup>

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

*Kazan national research technical University named after KNITU-KAI. A. N. Tupolev<sup>2</sup>  
Kazan, Russia*

*State Teachers' Training University of Naberezhnye Chelny<sup>3</sup>  
Naberezhnye Chelny, Russia*

*Naberezhnye Chelny Institute (branch) of Kazan (Volgaregion) Federal University<sup>4</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, 3<sup>rd</sup> Dan  
ph.: +7(927)467-33-37; e-mail: akpatr@mail.ru  
ORCID 0000-0001-7359-3984*

<sup>2</sup> *Senior Lecturer of the Department of physical education and sports,  
Excellence in physical culture and sports of the Republic of Tatarstan of the Russian Federation, 5<sup>rd</sup> Dan  
ph.: +7(917) 391-34-19; e-mail: golovin-jks@list.ru  
ORCID0000-0002-9790-668X*

<sup>3</sup> *PhD of Pedagogy, Associate Professor, Associate Professor of the Department of physical education and sports  
ph.: +7(987)209-93-29; e-mail: roelg@mail.ru  
ORCID 0000-0002-5966-2258*

<sup>4</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  
ORCID 0000-0001-6413-3329*

**Abstract.** This article discusses the influence of the educational and training process in karate on the formation of moral and physical qualities in students. The harmonious combination of physical and spiritual principles in a person is an important factor in martial arts, which are distinguished by a complex system of psychological training, where there is a holistic view of a person and the reality surrounding him, which, by virtue of his developed physical, moral and psychological qualities and with the guiding action of strength and purity of consciousness, he is able to change into a positive side, thus creating harmony within yourself and in the world around you. The distinctive positive features of the karate system are presented. The necessity of unity of training and education in training as a holistic approach is noted. The features of conducting training at the present stage are considered. Now, when the external negative impact on our country is very great, the issues of consolidation of our society, spiritual unity, cohesion, the formation of strong-willed qualities, responsibility, readiness to reflect adverse external influences of various kinds are particularly acute. There is an urgent need to introduce elements of patriotic education in training. The article is theoretical in nature.

**Key words:** martial arts, karate, physical training, physical qualities, educational programme, general physical fitness, special physical training, patriotism, education, modern conditions.

**Cite as:** Moskvina, N. G., Golovin, V. V., Gumerov, R. A., Isavnin, A. G. (2023) Features of teaching karate in modern conditions. *Physical Culture and Health*. (2), 100-103. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455\_2023\_2\_100.

Received 05.05.2023

Accepted 29.06.2023