

На правах рукописи

ЩЕПОТИН Дмитрий Викторович

**МОРАЛЬНО-ПРАВСТВЕННАЯ И ВОЛЕВАЯ ПОДГОТОВКА ЮНЫХ
КАРАТИСТОВ НА ТРЕНИРОВОЧНОМ ЭТАПЕ С
ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ЭЛЕМЕНТОВ КОНТАКТНЫХ ВИДОВ
ЕДИНОБОРСТВ**

13.00.04 - теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры

Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Нижевартовск – 2019

Диссертация выполнена на кафедре теории и методики физического воспитания ФГБОУ ВО «Нижевартовский государственный университет»

Научный руководитель: **Лубышева Людмила Ивановна**, доктор педагогических наук, профессор, ФГБОУ ВО «Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма (ГЦОЛИФК)», кафедра философии и социологии, профессор.

Официальные оппоненты: **Сущенко Валерий Петрович**, доктор педагогических наук, профессор, ФГАОУ ВО «Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого», институт физической культуры, спорта и туризма, директор;

Никитушкин Виктор Григорьевич, доктор педагогических наук, профессор, ГАОУ ВО г. Москвы «Московский городской педагогический университет», кафедра теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки, заведующий.

Ведущая организация: Бюджетное учреждение высшего образования Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Сургутский государственный университет».

Защита состоится 11 апреля 2019 года в 13.00 на заседании диссертационного совета Д 311.010.01, созданного на базе ФГБОУ ВО «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург», по адресу: 190121, Санкт-Петербург, ул. Декабристов, д. 35 (актовый зал).

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург (<http://www.lesgaft.spb.ru>).

Текст автореферата размещен на сайте Университета (<http://www.lesgaft.spb.ru>) и на сайте ВАК Минобрнауки России (<http://vak.ed.gov.ru/>).

Автореферат разослан «_____» _____ 2019 года.

Ученый секретарь диссертационного совета,
доктор педагогических наук, профессор

Костюченко В.Ф.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность исследования. На современном этапе развития спорта в различных странах мира все большую популярность среди молодежи приобретают единоборства (В.А. Таймазов, С.М. Ашкинази, А.А. Обвинцев, 2016). Каратэ представляет собой скоростно-силовой, динамичный, ациклический вид спорта, характеризующийся сложно координационной техникой. Совершенствование подготовки каратистов на сегодняшний день – многогранная и многоплановая задача, включающая в себя ряд направлений, в числе которых оптимизация технико-тактической подготовки, обеспечение прироста показателей функциональной работоспособности, применение средств фармакологии, питание спортсменов и другие. В условиях постоянно обостряющейся конкуренции на международной спортивной арене в борьбу вступают не только спортсмены. Современный спорт диктует условия победы для ученых и тренеров, которые находятся в постоянном поиске путей, обеспечивающих максимально возможный прирост спортивных результатов. В спортивных единоборствах для достижения успеха необходимо проявлять весьма значимые волевые усилия, которые порой определяют исход поединка. Наличие, выраженность, способность к проявлению спортсменами волевых качеств, в сочетании с высокой морально-нравственной воспитанностью играют, зачастую, решающую роль в достижении победы. Уникальность практики контактных боевых единоборств заключается в том, что тренировочный процесс связан с моделированием ситуаций прямого противоборства с противником, непосредственным «контактом» лицом к лицу, что обуславливает неопределимый психологический компонент подготовки спортсменов (С.М. Ашкинази, 2013). В связи с этим, особого внимания заслуживает психолого-педагогическое сопровождение тренировочного процесса. Решение задач оптимизации психологической подготовки спортсменов выступают важным и необходимым элементом тренировочной деятельности каратистов.

Особую актуальность данная проблема приобретает на тренировочном этапе. Соревновательная практика у детей 10-12 лет свидетельствует о том, что показатели физической и технико-тактической подготовленности перспективных спортсменов находятся приблизительно на одном уровне. Что определяет успех у одних спортсменов и поражение у других? В спорте имеется множество примеров, когда вопреки всем предсказаниям, основанным на оценке кондиций спортсмена, выигрывает относительно слабый спортсмен в технико-тактическом или физическом плане – объясняют это, как правило, факторами волевой и морально-нравственной подготовленности. Высокий эмоциональный подъем, проявление волевых усилий и стремление победить нередко приводят к победе над более сильным соперником.

В контексте нашего исследования морально-нравственная подготовка – это спортивно-педагогический процесс, направленный на воспитание морально-нравственных норм поведения и ценностей, принятых в спортивно-культурном сообществе, которыми руководствуется личность (спортсмен) в различных жизненных ситуациях. Несомненно, спорт – это школа побед и поражений, это

школа жизни. Спорт прививает духовно-нравственные ориентиры молодого человека, тренирует волю, которые закладываются в процессе жизнедеятельности спортивного коллектива, однако нравственные установки, прежде всего, формирует тренер, опираясь на модели воспитания морально-нравственных и волевых качеств.

Проблема морально-нравственного воспитания освящалась еще в трудах профессора В.В. Белорусовой. Именно В.В. Белорусова подчеркивает, что воспитание морально-нравственных качеств у спортсменов являются одной из важнейших категорий подготовки в спорте (В.В. Белорусова, 1981). Действительно, воспитание волевых качеств с трудом представляется без морально-нравственных установок поведения спортсменов. Особую значимость нравственного воспитания юных спортсменов-единоборцев подчеркивают исследования С.М. Ашкинази, А.Ф. Шестак, В.Л. Марищук, А.Е. Батурина и др. В исследованиях С.М. Ашкинази выделен принцип опережающего формирования нравственного сознания и нравственного поведения. Данный принцип обусловлен тем, что если процесс нравственного воспитания личности не будет опережать процесс становления техники спортсменов-единоборцев, то за этим может скрываться большая опасность проявления агрессии по отношению к сверстникам за счет физического превосходства (С.М. Ашкинази, 2006; А.Ф. Шестак, 2005; А.Е. Батурина, 2006). В связи с этим, актуализация и научное обоснование процесса морально-нравственной и волевой подготовки является концептуально значимой проблемой данного исследования.

Однако в настоящее время существует потребность в научно обоснованных методиках совершенствования психолого-педагогического сопровождения юных каратистов, которые могли бы быть использованы в широкой практике, т.к. имеющиеся методы применяются в подготовке, как правило, высококвалифицированных спортсменов (Л.Г. Авдоница, 2002; В.В. Находкин, 2003; С.Б. Петрыгин, 2012; Т.И. Чедова, 2012).

Таким образом, актуальность нашего исследования обусловлена необходимостью разрешения **противоречий**: с одной стороны, между высокими требованиями, задаваемыми в современном спортивном каратэ, к уровню морально-нравственных и волевых качеств единоборцев в нашей стране и, с другой, отсутствием научного обоснования процесса психолого-педагогического сопровождения как одной из важнейших сторон многолетней спортивной тренировки. Следующее противоречие обусловлено, с одной стороны, деятельностью, связанной с высокой степенью психической напряженности, характерной для процесса подготовки в каратэ, с другой, недостаточной научной разработанности подходов к решению проблемы воспитания морально-нравственных и волевых качеств у юных каратистов.

Указанные противоречия определили **проблему исследования**: каким образом можно повысить эффективность морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов, занимающихся на тренировочном этапе?

Актуальность и необходимость решения научной проблемы в педагогической науке определили **тему исследования**: «Морально-нравственная

и волевая подготовка юных каратистов на тренировочном этапе с использованием элементов контактных видов единоборств». Исходя из выявленной проблемы и установленной темы, определена **цель исследования** – разработать и научно обосновать модель морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов и программно-методическое обеспечение тренировочного процесса на тренировочном этапе с использованием элементов контактных видов единоборств.

Объект исследования – тренировочный процесс юных каратистов, занимающихся на тренировочном этапе.

Предмет исследования – морально-нравственная и волевая подготовка юных каратистов с использованием элементов полноконтактных видов единоборств.

В основу исследования положена **гипотеза**, согласно которой морально-нравственная и волевая подготовка юных каратистов будет эффективной, если:

- опираясь на теоретико-методологические концепции спортивной тренировки, будут выявлены и обоснованы средства и методы применения в тренировочном процессе юных каратистов элементов смежных контактных видов единоборств, создан комплекс воспитательных мероприятий, направленных на формирование морально-нравственных и волевых качеств и реализация психодиагностического тестирования;
- разработана и обоснована модель морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов с использованием элементов контактных видов единоборств;
- разработано и экспериментально обосновано программно-методическое обеспечение морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов с использованием элементов контактных видов единоборств;

Для реализации основной цели и проверки выдвинутой гипотезы поставлены следующие **задачи** исследования:

1. Провести теоретический анализ проблемы морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов и актуализировать необходимость повышения эффективности тренировочного процесса в данном направлении.
2. Разработать модель и программно-методическое обеспечение морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов с использованием элементов контактных видов единоборств.
3. Обосновать эффективность модели и программно-методического обеспечения морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов с использованием элементов контактных видов единоборств.

Теоретико-методологическую основу исследования составили теоретические взгляды на воспитание морально-нравственных и волевых качеств у подростков Л.Г. Авдониной, А.И. Бабакова, Г.Д. Бабушкина, Е.А. Байер, В.Н. Казанцева, Л.В. Логинова; теория спортивно-педагогической деятельности О.В. Верхорубовой, В.В. Белорусовой, В.Н. Платонова и др.; теория волевой подготовки и волевой регуляции в физическом воспитании Е.П. Ильина, А.И. Бабакова, А.В. Веденова, В.А. Иванникова; теория воспитывающего обучения

В.В. Белорусовой; психолого-педагогическая теория личности как субъекта деятельности, ее творческой активности Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева и др.; положения концепции личностно-ориентированного воспитания Н.А. Алексеева, В.А. Новокрещенова; теория нравственного воспитания В.Н. Казанцева, Ю.А. Морозова, Ю.В. Шевчук и др.

Для решения поставленных задач в работе использовались комплекс **методов исследования**: теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы по проблеме исследования; педагогическое наблюдение; психодиагностическое тестирование; педагогическое тестирование; моделирование; педагогический эксперимент; методы статистической обработки данных.

Опытно-экспериментальная база, организация и этапы исследования. Педагогический эксперимент проводился на базе МБУ «Центр технических и прикладных видов спорта «Юность Самотлора» г. Нижневартовска. Всего в исследовании принимали участие 47 спортсменов-каратистов (возраст 10-12 лет, мальчики), занимающихся на тренировочном этапе.

Исследование осуществлялось в период с 2012 по 2015 гг. и проходило в несколько этапов:

I этап (2012–2013г.г.) Определены актуальность и специфика проблемы морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов на основе интеграции элементов контактных видов единоборств.

II этап (2013- 2014г.г.) Определены критерии и показатели морально-нравственной и волевой подготовки; разработаны модель, программно-методическое обеспечение морально-нравственной и волевой подготовки на основе интеграции элементов контактных видов единоборств. Выявлен комплекс педагогических мероприятий, направленный на повышение уровня морально-нравственной и волевой подготовки.

III этап (2014-2015г.г.) Экспериментально апробирована модель и программно-методическое обеспечение морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов на основе элементов контактных видов единоборств; проводился формирующий педагогический эксперимент; сформулированы выводы и практические рекомендации.

Научная новизна исследования:

1. Выявлен и обоснован алгоритм построения и реализации модели и программно-методического обеспечения морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов на основе организации тренировочной деятельности с использованием элементов контактных видов единоборств. В основе структурного содержания каждого модуля положен следующий алгоритм обучения:

- освоение основных правил ведения боя в контактных видах единоборств;
- изучение специфики ударной техники руками и ногами;
- освоение элементов борцовской техники, захватов и приемов, а так же болевых приемов;

- проведение тренировочных спаррингов в соответствии с правилами соревнований в смежных видах спорта и в соответствующей экипировке.

2. Разработана и обоснована модель морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов на основе элементов полноконтактных ударных видов единоборств, которая раскрывает содержательные основы ее структурных элементов и последовательность их реализации: концептуальные подходы, на которые ориентировано построение тренировочной деятельности; тематическое содержание; методы диагностики; контроль; содержание модулей; анализ и корректировка полученных результатов. Модель является научно-теоретической опорой тренировочного процесса морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов.

3. Разработано программно-методическое обеспечение тренировочного процесса, включающее содержание модулей и комплекс воспитательных мероприятий, обеспечивающих повышение уровня морально-нравственной и волевой подготовленности юных каратистов.

4. Доказана эффективность модели морально-нравственной и волевой подготовки и программно-методического обеспечения с использованием элементов контактных видов единоборств.

Теоретическая значимость. Полученные результаты исследования существенно дополняют имеющиеся знания об особенностях построения тренировочного процесса в контексте психолого-педагогического сопровождения. Теория педагогики дополнена разработанной моделью морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов на основе элементов полноконтактных ударных видов единоборств. Обоснована модель и программно-методическое обеспечение, подтверждающее эффективность процесса морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов на основе элементов полноконтактных ударных видов единоборств.

Практическая значимость исследования заключается в том, что полученные результаты могут быть использованы при планировании и осуществлении тренировочного процесса в условиях спортивных школ, спортивных школ Олимпийского резерва, спортивных клубов единоборств. Разработанная модель и программно-методическое обеспечение предложены тренерам спортивных единоборств г. Нижневартовска.

Также результаты экспериментального исследования могут быть использованы в образовательном процессе учреждений профессионального и высшего образования, осуществляющих подготовку специалистов, обучающихся на кафедре теории и методики единоборств и при организации курсов повышения квалификации тренеров.

Обоснованность и достоверность результатов обеспечивается непротиворечивостью исходных положений теории и методики физического воспитания и спортивной тренировки; системным использованием эмпирических и теоретических методов; применением комплекса методов исследования, адекватных его предмету и цели; применением корректных методов математико-

статистической обработки данных при количественном и качественном анализе полученных результатов.

Личное участие соискателя состоит в построении и реализации модели и программно-методического обеспечения морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов в рамках тренировочной деятельности, проведении опытно-экспериментальной работы и ее руководстве.

Основные положения, выносимые на защиту:

1. Разработанная модель является научно-практической основой инновационного управления процессом воспитания морально-нравственных и волевых качеств юных спортсменов-каратистов. Концептуальный базис модели опирается на реализацию интегративного, личностно-ориентированного и деятельностного подходов. Модель позволяет оптимизировать процесс морально-нравственной и волевой подготовки спортсменов, а также существенно повысить эффективность психолого-педагогического сопровождения тренировочной деятельности.

2. Программно-методическое обеспечение, построенное на основе модульных блоков контактных видов единоборств и созданный комплекс педагогических мероприятий, способствуют повышению уровня волевой подготовленности юных каратистов в условиях спортивной деятельности.

3. Разработанная модель и программно-методическое обеспечение морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов позволяет активизировать волевою сферу, повысить интерес к занятиям спортом, мотивацию и нравственную воспитанность личности спортсмена посредством реализации механизма интеграции в тренировочный процесс элементов смежных контактных видов единоборств и комплекса педагогических воздействий гуманистической направленности.

Апробация и внедрение результатов исследования. Основные положения диссертационной работы были изложены в процессе обсуждения и получили одобрение на всероссийских и международных конференциях:

1. Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма: II Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием. Нижневартовск, 2013г.

2. Культура, наука, образование: проблемы и перспективы. III Всероссийская научно-практическая конференция. Нижневартовский государственный университет. Нижневартовск, 2014г.

3. Всероссийская научно-практическая конференция «Спортивная наука России: состояние и перспективы развития, посвященная 90-летию журнала «Теория и практика физической культуры». Москва, 2015г.

5. Научно-педагогические школы в сфере спорта и физического воспитания. I Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием. Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодежи и туризма. Москва, 2016г.

6. Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма. VI Всероссийская научно-практическая конференция с международным участием. Нижневартовск, 2016.

7. Региональная научно – практическая конференция «Актуальные проблемы патриотического воспитания детей и молодежи: опыт, проблемы, направления развития». Нижневартовск, 2017г.

8. «Культура, наука, образование: проблемы и перспективы». VI Международная научно-практическая конференция. Нижневартовск, 2017г.

Внедрение результатов осуществлялось в педагогическую практику тренеров МБУ «ЦТ и ПВС «Юность Смотлора» г. Нижневартовска.

Структура и объем диссертации состоит из введения, четырех глав, заключения, списка литературы и 6 приложений. Содержание работы изложено на 203 страницах, включает 8 рисунков и 8 таблиц, списка литературы из 228 источников, в том числе 21 – на иностранных языках.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во **введении** обоснованы актуальность, проблема, цель, объект, предмет, гипотеза, задачи и методы исследования; сформулированы научная новизна, теоретическая и практическая значимость; раскрыто содержание этапов работы; приведены основные положения, выносимые на защиту.

В первой главе **«Теоретическое обоснование актуализации морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов на тренировочном этапе»** представлен анализ научно-методической литературы, который показал, что до настоящего времени проблема морально-нравственной и волевой подготовки каратистов разработана недостаточно, не раскрыты механизмы и пути повышения морально-нравственной и волевой подготовленности, отсутствует научно-методическое обоснование воспитания волевых качеств спортсменов-единоборцев 10-12 лет. Тем не менее, обращаясь к современным исследованиям морально-нравственной и волевой подготовки, следует отметить, что степень разработанности данной проблемы находится на достаточно высоком уровне в исследованиях подготовки взрослых спортсменов, а так же подготовки курсантов военных училищ.

Проведенный теоретический анализ литературы дает основание утверждать, что в настоящий момент наблюдается дефицит теоретических данных и методических разработок в системе подготовки юных спортсменов-единоборцев в контексте психолого-педагогического сопровождения, в частности в каратэ.

Во второй главе **«Методы и организация исследования»** представлен комплекс методов, который был использован в процессе работы, таких как: теоретический анализ и обобщение данных научно-методической литературы по проблеме исследования; педагогическое наблюдение; психодиагностическое тестирование; педагогическое тестирование; моделирование; педагогический эксперимент; методы статистической обработки данных.

В данной главе дается подробное описание организации исследования (рисунок 1).

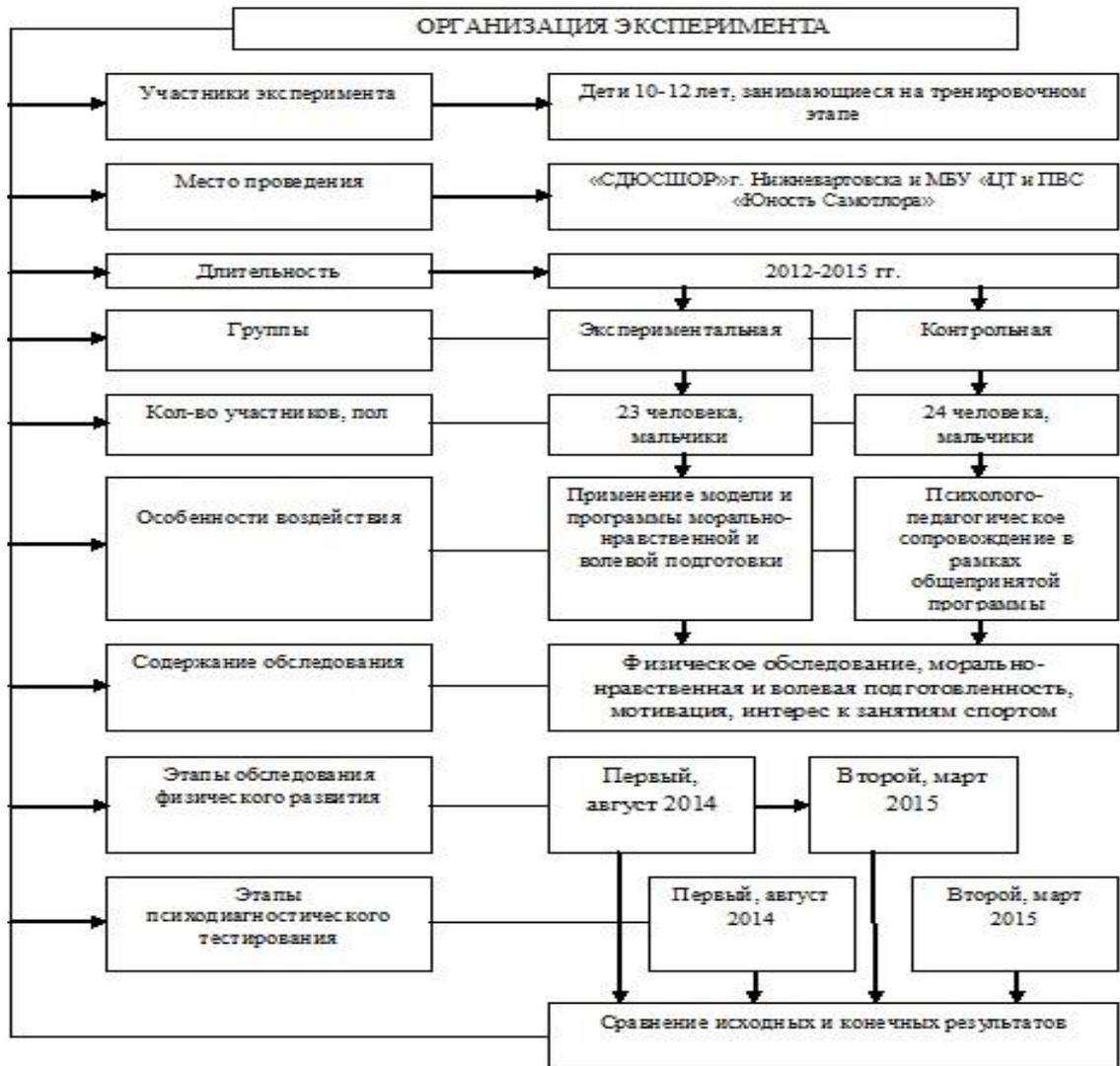


Рисунок 1 - Схема организации исследования

Педагогический эксперимент проводился на базе МБУ «Центр технических и прикладных видов спорта «Юность Самотлора» г. Нижневартовска, Ханты-Мансийского автономного округа – Югры. Всего в эксперименте принимали участие 47 спортсменов-каратистов (возраст 10-12 лет), занимающихся на тренировочном этапе. Были сформированы контрольная (24 человека) и экспериментальная (23 человека) группы занимающихся по общепринятой программе каратэ для тренировочного этапа. Отличие в реализации содержания и организации тренировочного процесса в экспериментальной группе состояло в том, что была реализована модель и программно-методическое обеспечение, состоящая из модулей полноконтактных видов единоборств, реализуемых в конце основной части занятия, и комплекса педагогических мероприятий, что являлось нововведением, позволяющим повысить эффективность морально-нравственной и волевой подготовки, а также уровень мотивации и интереса к занятиям спортом.

В третьей главе «**Моделирование содержания и структуры морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов на тренировочном этапе с использованием элементов контактных видов единоборств**» обосновано построение модели (рисунок 2) и дана общая характеристика программно-методического обеспечения морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов.

Алгоритм педагогического моделирования включал целевой компонент, концептуальные подходы, характеристику тренировочного процесса в контексте психолого-педагогического сопровождения. Педагогическая модель отражает краткую характеристику механизма реализации программно-методического, организационного обеспечения, а также характеристику ожидаемого результата.

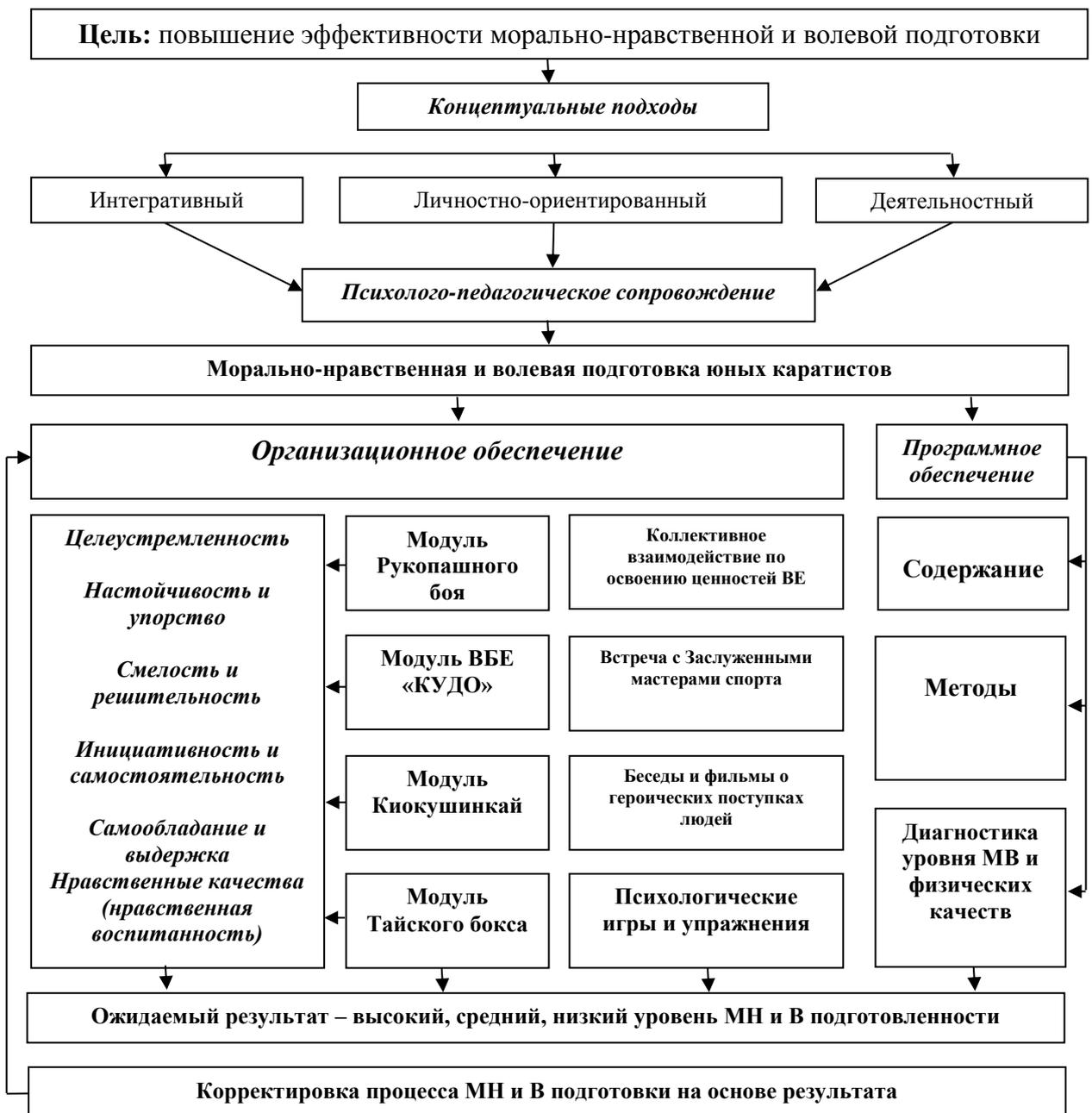


Рисунок 2 – Модель морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов 10-12 лет на тренировочном этапе

В качестве ведущих методологических принципов, *концептуальных подходов*, на основе которых осуществлялось построение модели тренировочного процесса, нами были выбраны интегративный, личностно-ориентированный и деятельностный подходы.

В ходе исследования было разработано программно-методическое обеспечение, которое позволило структурировать, систематизировать, планировать и реализовать содержание программы.

Целевой направленностью осуществления подготовки интегративных модулей морально-нравственной и волевой подготовки является интенсификация тренировочного процесса за два месяца перед запланированными соревнованиями. Срок реализации программно-методического обеспечения – восемь месяцев. Структура программы содержит два блока подготовки:

1. Модули полноконтактных ударных видов единоборств;
2. Комплекс воспитательных мероприятий, направленный на повышение уровня морально-нравственной и волевой подготовки.

Блок реализации контактных видов единоборств состоит из четырех частей – модулей: модуль рукопашного боя, Восточного боевого единоборства КУДО, Киокушинкай и тайского бокса. Каждый модуль имеет свои особенности, в соответствии с тем видом спорта, на который направлена подготовка по реализации данного модуля. Срок реализации одного модуля – 1 месяц. Наряду с этим, каждый недельный микроцикл определенной направленности предполагает дифференциацию по дозировке контакта ударной техники, прежде всего, с целью обеспечения безопасности и соблюдения методических принципов формирования двигательных умений и навыков. Структура организации модулей отражена в таблице 1.

Содержание модуля определяет конкретные функциональные особенности каждого элемента занятия и тематическую направленность.

Структурное содержание модуля определяет временные рамки для интеграции блоков-модулей в каждом тренировочном занятии.

Тематическая направленность элементов полноконтактных ударных видов единоборств отражает следующие положения:

- освоение основных правил ведения боя в контактных видах единоборств;
- изучение специфики ударной техники руками и ногами;
- освоение элементов борцовской техники, захватов и приемов, а так же болевых приемов;
- проведение тренировочных спаррингов в соответствии с правилами соревнований в смежных видах спорта и в соответствующей экипировке.

Программно-методическое обеспечение содержит комплекс мероприятий воспитывающей направленности, в состав которого входят психологические игры и упражнения, коллективное взаимодействие по освоению духовных ценностей восточных единоборств, уроки нравственности, беседы и встречи с

известными спортсменами, видеоматериалы о мастерах боевых искусств и фильмы о подвигах героев и защитниках Отечества.

Таблица 1 - Структура реализации модели морально-волевой подготовки в тренировочном процессе перед спортивными соревнованиями.

Мезоцикл / Сроки реализации части программы	Месяц подготовки / Срок реализации компонентов модели (недели)	Кол-во тренировочных занятий отдельного модуля	Кол-во занятий (воспитательных мероприятий)
Диагностика уровня морально-нравственной и волевой подготовленности			
Втягивающий и базовый мезоциклы			
Втягивающий мезоцикл (перед городскими соревнованиями - контрольные) / 2 месяца	Август 4 недельных микроцикла	Модуль рукопашного боя 1 месяц– 12 тренировочных занятий	4 (в конце каждого тренировочного микроцикла)
	Сентябрь 4 недельных микроцикла	Предсоревновательная подготовка и соревнования	1 (перед соревновательным микроциклом)
Базовый и контрольно-подготовительный мезоцикл (перед окружными соревнованиями - отборочные) / 2 месяца	Предсоревновательный и соревновательный мезоциклы		
	Октябрь 4 недельных микроцикла	Модуль КУДО 1 месяц– 12 тренировочных занятий	4 (в конце каждого тренировочного микроцикла)
	Ноябрь 4 недельных микроцикла	Предсоревновательная подготовка и соревнования	1 (перед соревновательным микроциклом)
Восстановительный мезоцикл / 1 месяц	Декабрь 4 недельных микроцикла	Восстановительный мезоцикл	
Контрольно-подготовительный, предсоревновательный и соревновательный мезоциклы (перед Всероссийскими соревнованиями - основные) / 3 месяца	Контрольно-подготовительный, предсоревновательный и соревновательный мезоциклы		
	Январь 4 недельных микроцикла	Модуль Киокушинкай 1 месяц– 12 тренировочных занятий	4 (в конце каждого тренировочного микроцикла)
	Февраль 4 недельных микроцикла	Модуль Тайского бокса 1 месяц– 12 тренировочных занятий	4 (в конце каждого тренировочного микроцикла)
	Март 4 недельных микроцикла	Предсоревновательная подготовка и соревнования	1 (перед соревновательным микроциклом)
Диагностика уровня морально-нравственной и волевой подготовленности			

Одним из самых важных компонентов программы является раздел: «Методы диагностики уровня морально-нравственной и волевой подготовленности». Здесь описываются тесты, анкеты, методики оценки морально-нравственной и волевой подготовленности юных каратистов.

В четвертой главе «**Оценка эффективности программно-методического обеспечения морально-нравственной и волевой подготовки на основе интеграции в тренировочный процесс юных каратистов элементов контактных видов единоборств**» представлены результаты опытно-экспериментальной работы и их обсуждение. Эффективность реализации модели и программы морально-нравственной и волевой подготовки оценивалась по ряду направлений: оценка уровня морально-нравственных качеств, волевой подготовленности, физической подготовленности, мотивация и интерес к занятиям каратэ у юных спортсменов 10-12 лет. По всем показателям в начале опытно-экспериментальной работы контрольная и экспериментальная группы были относительно однородны, различия не являлись статистически достоверными ($p > 0,05$). Статистическая обработка данных проводилась по общепринятым методам вариационной статистики, с расчетом среднего арифметического значения (\bar{X}), среднего квадратического отклонения (σ) с проверкой данных исследования на достоверность различий (p). Достоверность различий считалась существенной при пятипроцентном уровне значимости ($p = 0,05$), что признается вполне надежным в педагогических исследованиях. При оценке достоверных различий использовались t -критерий Стьюдента (параметрические значения), W -критерий Уилкоксона и Манни Уитни (непараметрические значения). Математическая обработка осуществлялась с использованием табличного процессора MS Excel 2010 и StatPlus 6: рассчитывали величины среднего арифметического и стандартного отклонения, достоверными считали различия при уровне значимости $p \leq 0,05$.

Для определения уровня волевой подготовленности спортсменов использовался метод самооценки волевых качеств. За основу мы взяли тест для определения уровня развития волевых качеств личности по методике Н.Б. Стамбуловой, которая отражает уровень развития реперных показателей проявления воли, таких как целеустремленность, смелость и решительность, настойчивость и упорство, инициативность и самостоятельность, самообладание и выдержка. Сравнительный анализ результатов исследования КГ и ЭГ представлен в таблице 2.

Показатели волевой подготовленности после реализации программы в ЭГ претерпели значительные изменения. Так, по качеству «целеустремленность» (ЦУ) достоверно увеличились показатели с $21,8 \pm 4,44$ до $29,3 \pm 6,15$, прирост на 34%, в то время как в КГ достоверных различий в изменении показателей не выявлено – с $21,7 \pm 4,68$ до $22,9 \pm 4,05$, прирост на 5%. По качеству «смелость и решительность» (СР) рост показателей в ЭГ составил с $22,2 \pm 4,91$ до $32,5 \pm 5,96$, прирост на 46%, в КГ с $21,9 \pm 3,19$ до $23,8 \pm 4,92$, прирост на 8%. По качеству «настойчивость и упорство» (НУ) в ЭГ с $22,6 \pm 4,8$ до $32,1 \pm 4,81$, прирост на 42%, в КГ с $21,3 \pm 4,88$ до $22 \pm 4,86$, прирост на 7%; По качеству «инициативность и самостоятельность» (ИС) в ЭГ с

21,7±5,68 до 28,1±7,61, прирост на 29%, в КГ с 20,3±4,16 до 22,4±4,72, прирост на 10%. По качеству «самообладание и выдержка» (СВ) с 20,3±4,03 до 27,2±5,11, прирост на 33%, в КГ с 20,5±3,12 до 21,8±4,69, прирост всего на 11%.

Таблица 2 - Сравнительный анализ изменения показателей волевых качеств у юных каратистов ЭГ и КГ

Наименование волевого качества (ВК)	Группа	До эксперимента, $\bar{X} \pm \sigma$	После эксперимента, $\bar{X} \pm \sigma$	p
Целеустремленность (ЦУ) (баллы)	ЭГ	21,8±4,44	29,3±6,15	p≤0,05
	КГ	21,7±4,68	22,9±4,05	p>0,05
	p	p>0,05	p≤0,05	
Смелость и решительность (СР) (баллы)	ЭГ	22,2±4,91	32,5±5,96	p≤0,05
	КГ	21,9±3,19	23,8±4,92	p>0,05
	p	p>0,05	p≤0,05	
Настойчивость и упорство (НУ) (баллы)	ЭГ	22,6±4,8	32,1±4,81	p≤0,05
	КГ	21,3±4,88	22±4,86	p>0,05
	p	p>0,05	p≤0,05	
Инициативность и самостоятельность (ИС) (баллы)	ЭГ	21,7±5,68	28,1±7,61	p≤0,05
	КГ	20,3±4,16	22,4±4,72	p>0,05
	p	p>0,05	p≤0,05	
Самообладание и выдержка (СВ) (баллы)	ЭГ	20,3±4,03	27,2±5,11	p≤0,05
	КГ	20,5±3,12	21,8±4,69	p>0,05
	p	p>0,05	p≤0,05	

Один из методов диагностики в нашем исследовании реализован в форме карты оценки развития волевых качеств, где у детей в процессе тренировок отмечается степень выраженности проявления того или иного качества за определенный период времени. Диагностика осуществлялась по 2-м срезам в период реализации всего эксперимента. Тренер, методом педагогического наблюдения оценивал степень проявления волевых качеств в течение тренировочного занятия в упражнениях повышенной сложности, требующих больших усилий, концентрации, выдержки, упорства. Данные представлены в таблице 3.

Таблица 3 – Изменение уровня волевой подготовленности спортсменов экспериментальной и контрольной групп по карте оценки волевых качеств

Этапы эксперимента	Группы	Уровни развития волевых качеств, %		
		низкий	средний	высокий
До эксперимента	ЭГ	51	39	10
	КГ	56	37	7
После эксперимента	ЭГ	21	39	40
	КГ	34	44	22

К числу таких упражнений относились: сгибание и разгибание рук в упоре лежа на кулаках «кентос»; присед с ударом «маваши гери» по «макиваре»; стойка в положении «мост» (1 минута); упор лежа на локтях «планка» (1 минута); «сед в поперечный шпагат руки на пояс» и др. В ходе выполнения упражнений

повышенной сложности тренер оценивал и фиксировал в карте оценок степень выраженности волевых качеств.

Для выявления доминирующих мотивов (личностных смыслов) у юных каратистов 10-12 лет, занимающихся на тренировочном этапе, мы реализовали методику «Мотивы занятий спортом» (А.В. Шаболтас). Методика А.В. Шаболтас, как измерительный инструмент доминирующих мотивов, предлагает 45 пар суждений, которые выявляют различные причины, по которым дети занимаются спортом; в методике предложено 10 мотивов-категорий для сопоставления. Оценка каждого мотива-суждения выполняется 9 раз и появляется возможность ранжировать мотивы по степени их выраженности (в баллах).

Испытуемым предложено выбрать из пары то высказывание, которое в наибольшей степени подходит для него. Затем уточнить, в какой степени оно больше подходит. В соответствующих графах бланка для ответов нужно поставить знак «+».

Мотив эмоционального удовольствия (ЭУ)– стремление, отражающее радость движения и физических усилий.

Мотив социального самоутверждения (СС)– стремление проявить себя, выражающееся в том, что занятия спортом и достигаемые при этом успехи рассматриваются и переживаются с точки зрения личного престижа, уважения знакомыми, зрителями.

Мотив физического самоутверждения (ФС) –стремление к физическому развитию, становлению характера.

Социально-эмоциональный мотив (СЭ)– стремление к спортивным событиям ввиду их высокой эмоциональности, неформальности общения, социальной и эмоциональной раскованности

Социально-моральный мотив (СМ)– стремление к успеху своей команды, ради которого надо тренироваться, иметь хороший контакт с партнерами, тренером.

Мотив достижения успеха в спорте (ДУ) – стремление к достижению успеха, улучшению личных спортивных результатов.

Спортивно-познавательный мотив (СП) – стремление к изучению вопросов технической и тактической подготовки, научно обоснованных принципов тренировки.

Рационально-волевой (рекреационный) мотив (РВ) – желание заниматься спортом для компенсации дефицита двигательной активности при умственной (сидячей) работе.

Мотив подготовки к профессиональной деятельности (ПД) – стремление заниматься спортом для подготовки к требованиям избранной профессиональной деятельности.

Гражданско-патриотический мотив (ГП)– стремление к спортивному совершенствованию для успешного выступления на соревнованиях, для поддержания престижа коллектива, города, страны.

Результаты тестирования ЭГ и КГ до и после эксперимента представлены в таблице 4.

Таблица 4 - Сравнительный анализ динамики показателей проявления мотивов спортивной деятельности у юных каратистов ЭГ и КГ

Наименование мотива (М)	Группа	До эксперимента, X±σ	После эксперимента, X±σ	p
М. эмоционального удовольствия (баллы)	ЭГ	10,83±3,01	11,09±2,33	p>0,05
	КГ	10,87±2,5	11,43±3,09	p>0,05
	p	p>0,05	p>0,05	
М. социального самоутверждения (баллы)	ЭГ	10,52±3,74	14,13±3,25	p≤0,05
	КГ	11,87±2,87	10,83±3,21	p>0,05
	p	p>0,05	p≤0,05	
М. физического самоутверждения (баллы)	ЭГ	11,74±3,18	15,13±3,14	p≤0,05
	КГ	11,78±3,7	12,43±3,56	p>0,05
	p	p>0,05	p≤0,05	
М. социально-эмоциональный (баллы)	ЭГ	12,22±3,06	11,83±2,92	p>0,05
	КГ	11,74±3,12	11,35±2,35	p>0,05
	p	p>0,05	p>0,05	
М. социально-моральный (баллы)	ЭГ	11,43±2,89	14,91±3,26	p≤0,05
	КГ	12,26±3,74	12,13±3,00	p>0,05
	p	p>0,05	p≤0,05	
М. достижения успеха в спорте (баллы)	ЭГ	12,65±2,99	14,83±4,45	p≤0,05
	КГ	11,65±2,9	11,87±3,24	p>0,05
	p	p>0,05	p≤0,05	

Для определения устойчивости интереса к занятиям спортом за основу мы взяли методику Е.Г. Бабушкина. Изменения показателей в баллах представлены в таблице 5.

Таблица 5 - Изменение показателей степени устойчивости интереса к занятиям спортом по методике Е.Г. Бабушкина

Этапы эксперимента	Степень устойчивости интереса к занятиям спортом, %		
	Не устойчивый интерес	Не достаточно устойчивый интерес	Устойчивый интерес
До эксперимента ЭГ	42	45	13
После эксперимента ЭГ	19	29	52
До эксперимента КГ	45	37	18
После эксперимента КГ	36	41	23

По обработанным результатам показателей степени устойчивости интереса к занятиям спортом закономерно констатировать положительную динамику. В таблице видим, что изменения отражают прирост показателей в значительной степени в сторону устойчивого интереса к занятиям спортом после педагогического эксперимента (таблица № 5).

Таким образом, мы констатируем факт, что реализация модели и программы морально-нравственной и волевой подготовки повлияла на повышение уровня морально-нравственной и волевой подготовленности, повышение устойчивости интереса к занятиям спортом, а так же сформировались доминирующие мотивы занятий единоборствами.

Для определения морально-нравственного развития спортсменов мы реализовали комплекс методик А.И. Шемшуриной «Диагностика нравственной воспитанности» (таблица 6).

Таблица 6 - «Диагностика нравственной воспитанности» по методике А.И. Шемшуриной

Диагностика нравственной самооценки	Группы	Уровни сформированности нравственной самооценки, баллы		
		До эксперимента, $\bar{X} \pm \sigma$	После эксперимента, $\bar{X} \pm \sigma$	p
	ЭГ	22,9±5,1	29,7±5,9	p≤0,05
	КГ	22,0±4,7	25,7±4,6	p≤0,05
		p>0,05	p≤0,05	
Диагностика отношения к жизненным ценностям	Группы	Уровни сформированности отношения к жизненным ценностям, баллы		
		До эксперимента, $\bar{X} \pm \sigma$	После эксперимента, $\bar{X} \pm \sigma$	p
	ЭГ	2,30±1,4	3,30±1,1	p≤0,05
	КГ	2,33±1,2	2,67±0,9	p>0,05
		p>0,05	p≤0,05	
Диагностика нравственной мотивации	Группы	Уровни сформированности нравственной мотивации, баллы		
		До эксперимента, $\bar{X} \pm \sigma$	После эксперимента, $\bar{X} \pm \sigma$	p
	ЭГ	1,96±1,2	2,87±1,0	p≤0,05
	КГ	2,13±1,1	2,22±0,9	p>0,05
		p>0,05	p≤0,05	

Изменение уровня нравственной воспитанности подростков контрольной и экспериментальной групп отражают положительную динамику, однако, в экспериментальной группе изменения произошли более значительные. В тесте «Диагностика нравственной самооценки» в ЭГ достоверно увеличились показатели с 22,9±5,1 до 29,7±5,9 балла, что составило прирост показателей на 33%, в КГ с 2,33±1,2 до 2,67±0,9 прирост составил 14%. В тесте «Диагностика отношения к жизненным ценностям» в ЭГ достоверно увеличились показатели с 2,30±1,4 до 3,30±1,1, что составляет прирост 43%, в КГ с 2,33±1,2 до 2,67±0,9 прирост 13%. В тесте «Диагностика нравственной мотивации» достоверно увеличились показатели в ЭГ с 1,96±1,2 до 2,87±1,0 прирост на 46%, в КГ с 2,13±1,1 до 2,22±0,9 балла, что составило прирост всего на 4%.

Результаты данной методики свидетельствуют о положительной динамике со стороны обеих групп, однако изменения в ЭГ более существенные, что подтверждает концептуальные основы морально-нравственной и волевой подготовки, изложенные в нашем исследовании.

Реализация программы морально-нравственной и волевой подготовки, основной программы подготовки позволили констатировать факт не только

сохранности показателей физической подготовленности юных каратистов, но и достоверного прироста показателей (таблица 7). Для определения физической подготовленности занимающихся мы применили батарею тестов на быстроту, скоростно-силовые способности, гибкость, координационные способности, силу.

Таблица 7 - Изменение показателей физической подготовленности юных каратистов 10-12 лет экспериментальной группы до и после эксперимента

Контрольные испытания	Группа	До эксперимента ($\bar{X} \pm \sigma$)	После эксперимента ($\bar{X} \pm \sigma$)	p
1. Прыжок в длину с места (см)	ЭГ	157,1±7,6	177,1±5,6	p≤0,05
	КГ	158,4±5,9	170,6±6,5	p≤0,05
	p	p>0,05	p≤0,05	
2. Подъем туловища из положения лежа на спине за 30 сек (раз)	ЭГ	27,2±1,6	29,1±1,1	p≤0,05
	КГ	26,9±1,8	28,8±1,4	p≤0,05
	p	p>0,05	p>0,05	
3. Наклон вперед из положения сидя (см)	ЭГ	8,3±2,3	11,3±2,0	p≤0,05
	КГ	8,8±2,4	11,9±2,4	p≤0,05
	p	p>0,05	p>0,05	
4. Сгибание и разгибание рук в упоре на кулаках (раз)	ЭГ	29,4±4,9	33,5±4,2	p≤0,05
	КГ	29,6±5,1	32,2±4,7	p≤0,05
	p	p>0,05	p>0,05	
5. Бег 3 × 10м (сек)	ЭГ	8,4±0,7	7,7±0,6	p≤0,05
	КГ	8,6±0,9	8,2±0,5	p>0,05
	p	p>0,05	p≤0,05	
6. Прыжки через скакалку за 60 сек (раз)	ЭГ	143,5±9,6	157,0±6,8	p≤0,05
	КГ	147,8±9,3	158,8±10,5	p≤0,05
	p	p>0,05	p>0,05	
7. «Удар «маваши гери» спереди стоящей ногой в стойке (за 30 сек)»	ЭГ	27,8±1,2	29,6±1,1	p≤0,05
	КГ	27,0±1,4	29,5±1,2	p≤0,05
	p	p>0,05	p>0,05	
8. «Удар «гяку дзуки» (за 30 сек)»	ЭГ	28,3±1,8	31,0±1,5	p≤0,05
	КГ	27,7±1,4	30,8±1,9	p≤0,05
	p	p>0,05	p>0,05	
9. «Удар «ура маваша гери» (за 30 сек)»	ЭГ	26,4±1,5	28,4±1,5	p≤0,05
	КГ	27,9±1,4	29,0±1,6	p≤0,05
	p	p>0,05	p>0,05	

По окончании эксперимента при сравнении показателей демонстрируемых юными каратистами ЭГ и КГ физической подготовленности до и после эксперимента статистически значимых различий не выявлено. Представленные данные (таблица 8) свидетельствуют о том, что у спортсменов КГ и ЭГ параметры уровня физической подготовленности демонстрируют достоверный прирост показателей ОФП и СФП.

Изменение уровня физической подготовленности свидетельствует о естественном приросте показателей.

Проведенный анализ результатов показал, что выдвинутая гипотеза нашла свое подтверждение, задачи решены, цель исследования достигнута.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

На основе проведенного исследования можно сформулировать следующие **выводы**:

1. Теоретический анализ проблемы подготовки спортсменов в области спортивных единоборств определил актуальность и необходимость поиска путей повышения эффективности тренировочного процесса. Анализ исследований свидетельствует, что на сегодняшний день отсутствуют технологические разработки, которые научно обосновывают пути повышения морально-нравственной и волевой подготовленности каратистов 10-12 лет. Вместе с тем, занятия единоборствами способствуют не только развитию физических качеств и совершенствованию технического мастерства, но и обеспечивают формирование морально-нравственных принципов поведения, при условии организации целенаправленного педагогического воздействия на основе научно обоснованных технологий. В то же время, использование в спортивной тренировке элементов смежных видов спорта, способствует повышению мотивации и интереса к занятиям спортом у детей 10-12 лет.

2. Анализ литературы по проблеме морально-нравственной и волевой подготовки позволили сделать следующие заключения:

- развитие волевых качеств в единоборствах является краеугольным камнем построения успешной системы многолетней подготовки;
- оптимальным возрастом для формирования морально-нравственного поведения является младший подростковый возраст ввиду смены ведущей деятельности детей;
- процесс воспитания морально-нравственных основ поведения требует научно обоснованного подхода, определения модели построения тренировочного процесса в данном направлении;
- на фоне эндокринных и физиологических изменений у детей младшего подросткового возраста психика подростка подвержена более выраженной пластичности, однако педагогическое воздействие требует научно обоснованного подхода.

3. Структура разработанной модели содержит четыре модульных единицы смежных видов спорта, каждый из которых реализуется в течение одного мезоцикла. Основными средствами целенаправленного воздействия являются упражнения и элементы контактных видов единоборств, используемые в конце основной части занятия. В основу структурного содержания модуля положен следующий алгоритм обучения:

- освоение основных правил ведения боя в контактных видах единоборств;
- изучение специфики ударной техники руками и ногами;
- освоение элементов борцовской техники, захватов и приемов, а также болевых приемов;
- проведение тренировочных спаррингов в соответствии с правилами соревнований в смежных видах спорта и в соответствующей экипировке.

Модель процесса морально-нравственной и волевой подготовки предполагает реализацию содержания программно-методического обеспечения, в основе которого положен комплекс педагогических мероприятий. Модель является научно-теоретической опорой организации тренировочного процесса.

4. Реализация комплекса мероприятий воспитательной направленности, позволила повысить эффективность психолого-педагогического сопровождения тренировочного процесса. В содержание комплекса воспитания морально-нравственных качеств, наряду с освоением духовно-эстетического потенциала восточных единоборств, входили психологические игры и упражнения, встречи с Заслуженными мастерами спорта, просмотр видеоматериалов о мастерах боевых искусств и фильмов о подвигах героев и защитниках Отечества, проведение уроков нравственности. Содержательные элементы комплекса были реализованы параллельно с модулем и завершали тренировочный микроцикл. Анализ результатов показал, что психолого-педагогическое сопровождение тренировочного в контексте реализации модели и программно-методического обеспечения процесса существенно повышает уровень морально-нравственных качеств, волевых качеств, мотивацию и интерес к занятиям спортом.

5. Экспериментально подтверждена эффективность модели и программно-методического обеспечения морально-нравственной и волевой подготовки юных каратистов с использованием элементов полноконтактных ударных видов единоборств. По окончании эксперимента выявлены достоверные различия в результатах КГ и ЭГ по реперным показателям проявления воли (при $p \leq 0,05$).

Показатели волевой подготовленности после реализации программы в ЭГ претерпели значительные изменения. Так, по качеству «целеустремленность» (ЦУ) достоверно увеличились показатели с $21,8 \pm 4,44$ до $29,3 \pm 6,15$, прирост на 34%, в то время как в КГ достоверных различий в изменении показателей не выявлено – с $21,7 \pm 4,68$ до $22,9 \pm 4,05$, прирост на 5%. По качеству «смелость и решительность» (СР) рост показателей в ЭГ составил с $22,2 \pm 4,91$ до $32,5 \pm 5,96$, прирост на 46%, в КГ с $21,9 \pm 3,19$ до $23,8 \pm 4,92$, прирост на 8%. По качеству «настойчивость и упорство» (НУ) в ЭГ с $22,6 \pm 4,8$ до $32,1 \pm 4,81$, прирост на 42%, в КГ с $21,3 \pm 4,88$ до $23 \pm 4,86$, прирост на 7%; По качеству «инициативность и самостоятельность» (ИС) в ЭГ с $21,7 \pm 5,68$ до $28,1 \pm 7,61$, прирост на 29%, в КГ с $20,3 \pm 4,16$ до $22,4 \pm 4,72$, прирост на 10%. По качеству «самообладание и выдержка» (СВ) с $20,3 \pm 4,03$ до $27,2 \pm 5,11$, прирост на 33%, в КГ с $20,5 \pm 3,12$ до $22,8 \pm 4,69$, прирост всего на 11%.

Результаты итогового среза по карте оценки тренером выраженности волевых качеств отражают положительную динамику: так количество спортсменов в ЭГ с «низким» уровнем волевой подготовленности по реперным точкам проявления волевых качеств – целеустремленности, смелости и решительности, настойчивости и упорству, инициативности и самостоятельности показатели снизились на 30%, а в КГ всего на 22%.

По результатам методики определения доминирующих мотивов (личностных смыслов) у юных каратистов 10-12 лет, занимающихся на этапе начальной спортивной специализации «Мотивы занятий спортом» (А.В. Шаболтас) в конце эксперимента определены доминирующие мотивы: *Мотив*

социального самоутверждения (СС) — стремление проявить себя, выражающееся в том, что занятия спортом и достигаемые при этом успехи рассматриваются и переживаются с точки зрения личного престижа, уважения знакомыми, зрителями; *социально-моральный мотив (СМ)* — стремление к успеху своей команды, ради которого надо тренироваться, иметь хороший контакт с партнерами, тренером; *Мотив физического самоутверждения (ФС)* — стремление к физическому развитию, становлению характера; *Мотив достижения успеха в спорте (ДУ)* — стремление к достижению успеха, улучшению личных спортивных результатов.

По обработанным результатам показателей степени устойчивости интереса к занятиям спортом (по методике Е.Г. Бабушкина) закономерно констатировать положительную динамику. Изменения отражают прирост показателей в значительной степени в сторону устойчивого интереса к занятиям спортом после педагогического эксперимента.

Анализ результатов методики А.И. Шемшуриной «Диагностика нравственной воспитанности» показал достоверные изменения в показателях «диагностика нравственной самооценки», «диагностика отношения к жизненным ценностям», «диагностика нравственной мотивации». Психодиагностическое тестирование констатирует факт положительных изменений морально-нравственной компоненты и подтверждает эффективность методики.

6. По окончании эксперимента при сравнении показателей демонстрируемых юными каратистами ЭГ и КГ физической подготовленности до и после эксперимента во всех тестах произошли изменения. Данные изменения обусловлены естественным развитием и ростом уровня подготовленности спортсменов. Реализация методики морально-нравственной и волевой подготовки не повлияла на данные параметры, а значит, не противоречит принципам спортивной тренировки, и, следовательно, гармонично интегрируется в тренировочный процесс юных каратистов на тренировочной этапе.

Проведенный анализ результатов показал, что выдвинутая гипотеза нашла свое подтверждение, задачи решены, цель исследования достигнута.

СПИСОК РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИИ

Публикации в рецензируемых научных изданиях, рекомендованных ВАК:

1. Щепотин, Д.В. Морально-волевая подготовка каратистов на этапе начальной спортивной специализации на основе интеграции полноконтактных ударных видов единоборств / Д.В. Щепотин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2015. – № 1. – С. 40.

2. Щепотин, Д.В. Моделирование психологической подготовки как метод оптимизации учебно-тренировочного процесса юных каратистов / Д.В. Щепотин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2016. – № 2. – С. 40-42.

3. Щепотин, Д.В. Реализация программного обеспечения морально - волевой подготовки юных каратистов / Д.В. Щепотин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2016. – № 5. – С. 23-26.

4. Щепотин, Д.В. Психолого-педагогическое сопровождение морально - волевой подготовки юных каратистов / Д.В. Щепотин // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 6. – С. 33.

Публикации в других научных изданиях:

1. Щепотин, Д.В. Морально-волевая подготовка юных каратистов на этапе начальной спортивной специализации с использованием контактных видов спорта / Д.В. Щепотин // Культура, наука, образование: проблемы и перспективы : материалы III Всероссийской научно-практической конференции. – Нижневартовск, 2014. – С. 209-211.

2. Щепотин, Д.В. Морально-волевая подготовка каратистов на этапе начальной спортивной специализации на основе интеграции контактных видов спорта / Д.В. Щепотин // Научные труды магистрантов, аспирантов и соискателей Нижневартовского государственного университета. – Нижневартовск, 2015. – С. 115-117.

3. Щепотин, Д.В. Построение модели морально-волевой подготовки юных каратистов на этапе начальной спортивной специализации / Д.В. Щепотин // Спортивная наука России: состояние и перспективы развития : материалы Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 90-летию журнала «Теория и практика физической культуры. – М., 2015. – С. 390-393.

4. Щепотин, Д.В. Пути повышения морально-волевой подготовки в системе учебно-тренировочного процесса юных каратистов / Д.В. Щепотин // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма : материалы VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – М., 2016. – С. 464-467.

5. Щепотин, Д.В. Организация учебно-тренировочных занятий в рамках реализации программного обеспечения морально-волевой подготовки юных каратистов / Д.В. Щепотин, С.А. Игунов // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма : материалы VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – М., 2016. – С. 468-470.

6. Щепотин, Д.В. Модульная структура модели и реализация программного обеспечения морально-волевой подготовки юных каратистов / Д.В. Щепотин, А.А. Чернов // Перспективные направления в области физической культуры, спорта и туризма : материалы VI Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – М., 2016. – С. 470-473.

7. Щепотин, Д.В. Условия реализации программы морально-волевой подготовки юных каратистов на основе контактных видов единоборств / Д.В. Щепотин // Научно-педагогические школы в сфере спорта и физического воспитания : материалы I Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма. – М., 2016. – С. 318-323.

8. Щепотин, Д.В. Аспекты военно-патриотического воспитания детей в секции каратэ на основе морально-волевой подготовки / Д.В. Щепотин // Евразийский союз ученых. – 2015. – № 6-3 (15). – С. 170-171.

9. Щепотин, Д.В. Аспекты морально-волевой подготовки единоборцев на основе интеграции контактных видов спорта в рамках реализации вариативного модуля «методическое обеспечение организации преподавания единоборств» на базе колледжа / Д.В. Щепотин // Евразийский союз ученых. – 2015. – № 5-4 (14). – С. 159.

10. Щепотин, Д.В. Морально-волевая подготовка юных каратистов с использованием ударных контактных видов единоборств / Д.В. Щепотин // Культура, наука, образование: проблемы и перспективы : материалы VI международной научно-практической конференции. – М., 2017. – С. 353-356.

Подписано в печать _____ 20____

Объем _____ печ. л.

Тираж _____ экз. Зак. №

Типография НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург
190121, Санкт-Петербург, ул. Декабристов