

Агзамов М.И. Кетриш Е.В.

Agzamov M.I., Ketrish E.V.

Российский государственный профессионально-педагогический университет, г. Екатеринбург

Russian state professional

Pedagogical University, Yekaterinburg

ДЗЮДО И САМБО КАК ИДЕАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНОВ

Аннотация. В нециклических видах спорта особенно в единоборствах самоактуализация личности создает условия роста спортивных результатов, благодаря, комплементарному развитию творческих начал, в стремлении к реализации замыслов воплощения рисунка поединка, спортсмен находит пути самореализации внутреннего потенциала. Творческая деятельность не всегда может соответствовать ожидаемым результатам, но процесс поиска не может быть бесполезен.

Ключевые слова: самбо, дзюдо, самоактуализация, самореализация, единоборство, творчество, самостоятельность.

JUDO AND SAMBO AS IDEAL CONDITIONS FOR SELF - ACTUALIZATION OF THE PERSONALITY OF ATHLETES

Abstract. In non-cyclical sports, especially in martial arts, self-actualization of personality creates conditions for the growth of sports results, thanks to the complementary development of creative principles, in an effort to realize the ideas of the embodiment of the drawing of the duel, the athlete finds ways to self-actualize his inner potential. Creative activity may not always match the expected results, but the search process but the search process cannot be useless.

Keywords: sambo, judo, self-actualization, self-realization, martial arts, creativity, independence.

Исходя из потребности достижения высокого уровня спортивной подготовки, многие тренеры-преподаватели постоянно вносят изменения в существующую методику развития вида спорта, опираясь на фундаментальную экзистенциальную мотивацию праксиологической направленности. Одним из ярчайших примеров в единоборствах, несомненно, является не однократный чемпионом мира и Олимпийских игр по дзюдо Эцио Гамба. После спортивной карьеры продолжая работать и совершенствовать борьбу дзюдо Эцио по приглашению федерации был назначен на должность главного тренера сборной команды, где был наделен полномочиями подготовки отечественных спортсменов к Олимпиаде 2012 года.

Уникальность «метода Гамбы» заключалась не только в новизне практики европейских школ, а индивидуальным пониманием накопленных знаний в использовании новых форм организации тренировочного процесса, выраженный не только в аутентичных решениях, но и демонстрацией примера самоактуализации. Отменяя многокилометровые кроссы, которые считались догмой для советского спорта, итальянский тренер подчеркнул изменчивость фундаментальных постулатов о аэробной циклической нагрузки в дзюдо как не обязательной и приоритетной. Сфокусировав внимание на занятиях по общефизической подготовке, Гамба инструктируется со специалистами футболистов итальянского клуба «Ювентус», не руководствуясь принципами бодибилдеров и пауэрлифтеров, рекорсменов тяжелой атлетики, что уместней и очевидно образуется в логике борцовской деятельности.

Методика «Гамбы» как реализация «многоцикловой» структуры временного этапа, позволило борцам успешно участвовать в целом ряде ответственных соревнований на фоне значительного увеличения объема тренировочной работы без снижения адаптационных возможностей и работоспособности. Это уже не новые технологии в инновационной неологии, а переосмысленный опыт прошлого, ретроспекция ранее изученного глазами современных реалий, выбор оптимального среди многообразия известного. Возможно, мы не увидим прямой взаимосвязи побед и вводимых новшеств, но «метод Гамбы» - как индивидуальный избирательный план развития сыграл важную роль в эвристических методах решения педагогических задач. В результате чего сборная России забрала в свою копилку рекордное количество медалей разного достоинства.

Борьба самбо многогранная, неповторимая, сложная и динамичная система применения способностей спортсмена. В основе которой лежат практики единоборств всего мира, наполненные смыслом, историей коренных народов. Национальный вид спорта по праву считается детищем русских идейных вдохновителей Спиридонова В.А. и Ощепкова В.С., а также знаменитого ученика Харлампиева А.А. и Чумакова Е.М. С участием молодых энтузиастов при поддержке Советского народа, борьба становится главным оружием против бандитизма и терроризма. Изучение основ этого единоборства стало секретным оружием в системе правопорядка. При огромном интересе к данному виду спорта процесс изоляции долго продолжаться не мог и выйдя в народные массы, ускорил свое развитие, где благодаря начинаниям творческих любознательных граждан нашей страны произошло обогащение и трансформация по истине совершенного вида спорта.

Сегодня мы видим вековое воплощение реализованных творческих замыслов идейных вдохновителей. Большую часть времени проводя на тренировках, спортсмены и учителя, продолжали совершенствовать и популяризировать самбо в

других уголках мира. В истории самбо известно множество различных методов и теорий, особо выделим; матрицы Харлампиева, спирали Чумакова, системы Федорова и Кадочникова, методика Я.К. Коблева, как видим большинство носит фамильный антропоним. Мы обезличили нашу методику и репрезентуем ее, как направление самоактуализации личности в борьбе самбо «Борец-творец» по одноименному названию Ю-туб канала И.И. Куренного многократного чемпионом мира. Данная методика — это совокупность индивидуально сфокусированных практик, содержание которых и их насыщенность, контемпоральность (своевременность), надеемся, позволит нам создать эмерджентный феномен перманентного спортсмена победителя. Где он уже выступит не только как объект тренировочного процесса *vita Akiva*, а проникнет значимым творческим содержанием своей индивидуальности в сам размыслительный, творческий, созерцательный процесс (*contemplativa*) [1]. В этом мы видим главную основу метода борец-творец, предполагающею максимальную включенность спортсмена в модальную структуру процесса, а принцип поглощённости деятельностью или деятельностный подход позволит нам выступить конструктором новой современной парадигмы развития современного самбо.

Самбист, приобщённый в сознательный тренировочный процесс, может глубже познавать и воплощать сокрытые смыслы технических, тактических действий и индивидуально подстраивая их под себя, реализовать собственно заданную программу совершенствования тренировочной деятельности. Борьба самбо, позволяет использовать и анализировать применение различных средств и методов тренировочного воздействия на совершенствование индивидуально значимых характеристик спортсмена, не ограничиваясь в инициативах возможностей. Борьба самбо не требует больших финансовых затрат в реализации программ спортивной подготовки по виду спорта, открывая перед нами невероятно большие просторы развития психофизиологических способностей.

Соревновательная практика, укрепляющая спортивный дух и волевые качества служат сдерживающим фактором проявления ложных реакции негативного толка. Историческая взаимосвязь поколений служит хорошим поводом в формировании патриотических ценностей. В ходе тренировок укрепляются морально нравственные отношения с тренером и наставником, общение переходит из разряда отстраненных в дружеские, товарищеские связи. Благодаря этому общению раскрываются собственные границы горизонта самопознания.

Секция уже является социокультурным местом встреч для решения спортивных, философских, бытовых жизненных вопросов. Ведущая роль духовных начал, сознания, воли, мышления и интуиции позволят нам с особой ясностью познавать окружающий мир и творчески преобразовывать его пространство,

находить нас самих в его гармоничном сочетании. Двигательные действия сущностными признаками которых является процесс творчества и присутствие в нем материального или идеального имманентно присущи деятельностной природе человека и двигают вперед общественный прогресс [2].

Национальный вид спорта подчинен влиянию исторической родины, с прогрессирующе развитым населением страны занимающихся борьбой самбо. В связи с этим нельзя не упомянуть о самбо как о виде спорта нуждающимся в инновационных эволюционных технологиях культуры 3 тысячелетия. Космос и атом стали приоритетным направлением нашей страны, а самбо как основа здоровья нации. Более 300 000 одаренных спортсменов занимающихся самбо проводят большую часть времени на тренировках познавая и развивая свой созидательный труд. Особенно важно постараться систематически направлять потенциал развития самбиста на поиск и решения задач со всеми неисчерпаемыми вариантами возможностей, формируя и возвращая спортивный идеал самопознания с вектором лично ориентированного действия.

Самоактуализация личности спортсмена в самбо, помогает раскрыть начальный момент этапа самореализации [3]. Навыки и знания, приобретенные в процессе обучения, послужат основой развития в трудовой деятельности и семейной жизни. Сформированный у спортсмена свой не повторимый взгляд, во всем многообразии, неисчерпаемых творческих идей, способных раскрывать и обогащать свой потенциал, послужит хорошим базисом в реализации жизненных устремлений.

Библиографический список:

1. *Дмитриев, С. В.* Биомеханика в поисках новой парадигмы НГПУ Н.Новгород, 1999. 179 с. Текст: электронный
2. *Дмитриев, С. В.* Культурологические смыслы двигательных действий спортсмена // Вестник ТГПУ. 2003. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kulturologicheskie-smysly-dvigatelnyh-deystviy-sportsmena> (дата обращения: 31.10.2024). Текст: электронный
3. *Непопалов, В.Н.* Значение самоактуализации личности для совершенствования спортивного мастерства / В.Н. Непопалов, А.В. Атамась // Экстремальная деятельность человека, 2017. № 5. С. 51-55. Текст: электронный

УДК 615.825.1

Акбаров¹ А., Частоедова² А.Ю.

Akbarov A., Chastosedova A.Yu.

Узбекский государственный университет физической культуры и спорта¹

г. Чирчик, Узбекистан

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и

туризма²

г.Краснодар, Россия