

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ имени В.П. АСТАФЬЕВА»
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Департамент спортивных единоборств им. И.С. Ярыгина
Выпускающая кафедра теории и методики борьбы

КАЛАШНИКОВА АНГЕЛИНА НИКОЛАЕВНА

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**МЕТОДИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ ПРОФИЛАКТИКИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ
У ДОШКОЛЬНИКОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ
СРЕДСТВАМИ ИЗ БОРЬБЫ САМБО**

Направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль)
образовательной программы Педагогическое образование в сфере физической культуры и спорта

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ:

и.о. заведующего кафедрой
д.п.н., профессор Завьялов Д.А.

27.04.2022

(дата, подпись)

Руководитель магистерской программы
д.п.н., профессор Завьялов Д.А.

27.04.2022

(дата, подпись)

Научный руководитель
К.п.н., доцент Тимошенко Ю.А.

20.04.2022

(дата, подпись)

Обучающийся Калашникова А.Н.
(фамилия, инициалы)

18.04.2022

(дата, подпись)

Красноярск 2022

РЕФЕРАТ

Диссертация объёмом 66 страниц, включающая в себя 5 иллюстраций, 5 таблиц, 53 литературных источников.

Объект исследования - занятия по физической культуре в детском саду.

Предмет исследования - средства из борьбы самбо направленные на профилактику агрессивного поведения дошкольников.

Цель исследования - на основе теоретических и полученных эмпирических данных разработать методические приёмы по профилактике агрессивного поведения детей дошкольного возраста в МДОУ средствами из борьбы самбо и проверить результативность в педагогическом эксперименте.

Методы исследования:

- анализ научно-методической литературы;
- опрос (анкетирование);
- педагогическое наблюдение;
- педагогический эксперимент;
- методы математической обработки.

Гипотеза исследования - мы предполагаем, что применение средств из борьбы самбо позволят снизить уровень агрессивного поведения у детей старшего дошкольного возраста.

Научная новизна - в занятия по физической культуре детей дошкольного возраста были внедрены элементы из борьбы самбо.

Практическая значимость - включение элементов из борьбы самбо в занятия по физической культуре снижают уровень агрессивного поведения детей дошкольного возраста, а также повышают уровень заинтересованности детей к занятиям по физической культуре в дошкольном учреждении.

Экспериментальная база - муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 248» г. Красноярск.

ESSAY

The dissertation of 66 pages, including 5 illustrations, 5 tables, 53 references.

Object of study - physical education classes in kindergarten.

Subject of study - means of sambo wrestling aimed at preventing aggressive behavior of preschoolers.

Purpose of the study - on the basis of theoretical and empirical data obtained, to develop methodological techniques for the prevention of aggressive behavior of preschool children in MDOU by means of sambo wrestling and test the effectiveness in a pedagogical experiment.

Research methods:

- analysis of scientific and methodological literature;
- survey (questionnaire);
- pedagogical supervision;
- pedagogical experiment;
- methods of mathematical processing.

Research hypothesis - we assume that the use of sambo wrestling means will reduce the level of aggressive behavior in children of older preschool age.

Scientific novelty - elements from sambo wrestling were introduced into physical education classes for preschool children.

Practical significance - the inclusion of elements from sambo wrestling in physical education classes reduce the level of aggressive behavior of preschool children, and also increase the level of children's interest in physical education classes in a preschool institution.

Experimental base - municipal budgetary preschool educational institution "Kindergarten No. 248", Krasnoyarsk.

Оглавление

	стр.
ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ВНЕДРЕНИЯ СРЕДСТВ ИЗ БОРЬБЫ САМБО ДЛЯ СНИЖЕНИЯ ДЕТСКОЙ АГРЕССИИ У ДОШКОЛЬНИКОВ	6
1.1. Понятие агрессии.....	6
1.2. Особенности проявления детской агрессии в старшем дошкольном возрасте	14
1.3. Влияние занятий физической культурой и спортом на уровень агрессии у детей.....	22
1.4. Самбо как вид спорта.....	28
ГЛАВА 2 ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ..	36
2.1. Организация исследований.....	36
2.2. Методы исследований.....	37
ГЛАВА 3 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ВНЕДРЕНИЯ СРЕДСТВ ИЗ БОРЬБЫ САМБО ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ У ДОШКОЛЬНИКОВ.....	39
3.1. Выявление основных показателей агрессивного поведения у дошкольников	39
3.2. Выявление отношения к физической культуре у дошкольников.....	43
3.3. Выявление, обоснование и внедрение средств из борьбы самбо, направленных на снижение агрессии на занятиях по физической культуре у дошкольников.....	47
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	60
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК.....	62

ВВЕДЕНИЕ

В дошкольном возрасте продолжается активное овладение собственным телом. Одной из важных проблем в дошкольном возрасте, является повышенная агрессивность.

Агрессивное поведение – одно из самых распространенных нарушений среди детей дошкольного возраста, так как это наиболее эффективный и быстрый способ достижения своей поставленной цели. Агрессивное поведение у ребенка значительно ограничивает и снижает его активность, а также формирует у него тревожность. За счёт агрессивного поведения у ребенка сильно снижается его способность к продуктивной деятельности и к общению и взаимодействию с другими окружающими людьми. Это поведение отрицательно влияет на развитие личности.

Единоборство уникально во многом. С помощью единоборств у ребёнка вырабатывается дисциплина, уверенность в себе, формируются полезные навыки для жизни, терпимость и дружелюбие, а так же снижается агрессия. Самбо - это комплекс физических упражнений, сочетающих общефизическую и специальную подготовку во взаимодействии с психологическими устоями, предполагающими реализацию через систему физической культуры высших ценностей, самосовершенствование как физическое, так и духовное.

На наш взгляд, только использование элементов самбо на занятиях по физической культуре позволит ребенку научиться видеть последствия своих действий, отличать реальную угрозу жизни и здоровью от оскорблений или попыток его обидеть. Он сможет дать отпор в рамках «необходимого и достаточного» для каждой конкретной ситуации. Начнет искать причины своих неудач не в окружающих, а в себе. И чем больше будет уровень знаний и умений ребенка, тем более уравновешенным и уверенным в себе и своих силах он будет.

Поэтому необходимо отметить, что практика единоборств, как физкультурно-оздоровительная система насчитывает достаточно много лет.

Переориентация учебного - воспитательного процесса, на занятиях по физической культуре у детей дошкольного возраста, ставящая акцент на обучение с элементами Самбо, является важной и актуальной.

Объект исследования - занятия по физической культуре в детском саду.

Предмет исследования - средства из борьбы самбо направленные на профилактику агрессивного поведения дошкольников.

Цель исследования - на основе теоретических и полученных эмпирических данных разработать методические приёмы по профилактике агрессивного поведения детей дошкольного возраста в МДОУ средствами из борьбы самбо и проверить результативность в педагогическом эксперименте.

Методы исследования:

- анализ научно-методической литературы;
- опрос (анкетирование);
- педагогическое наблюдение;
- педагогический эксперимент;
- методы математической обработки.

Задачи исследования:

1. Провести аналитический обзор литературы по теме исследования;
2. Проанализировать основные критерии агрессивного поведения детей старшего дошкольного возраста (методом анкетирования);
3. Проанализировать интерес и активность дошкольников на занятиях по физ. культуре в детском саду.
4. Разработать и проверить в педагогическом эксперименте результативность влияния средств из борьбы самбо на уровень агрессии детей старшего дошкольного возраста.

Гипотеза исследования - мы предполагаем, что применение средств из борьбы самбо позволят снизить уровень агрессивного поведения у детей старшего дошкольного возраста.

Научная новизна - в занятия по физической культуре детей дошкольного возраста были внедрены элементы из борьбы самбо.

Практическая значимость - включение элементов из борьбы самбо в занятия по физической культуре снижают уровень агрессивного поведения детей дошкольного возраста, а также повышают уровень заинтересованности детей к занятиям по физической культуре в дошкольном учреждении.

Экспериментальная база - муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад № 248» г. Красноярск.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ НЕОБХОДИМОСТИ ВНЕДРЕНИЯ СРЕДСТВ ИЗ БОРЬБЫ САМБО ДЛЯ СНИЖЕНИЯ ДЕТСКОЙ АГРЕССИИ У ДОШКОЛЬНИКОВ

Мы исследовали 53 литературных источника. Все источники мы распределили на 4 параграфа (рис. 1).

Из рисунка 1 видно, что большее количество литературных источников было подобрано по параграфу 1.1. «Понятие агрессии», наименее освещенным оказался параграф 1.3 «Влияние занятий по физической культурой на уровень агрессии детей».

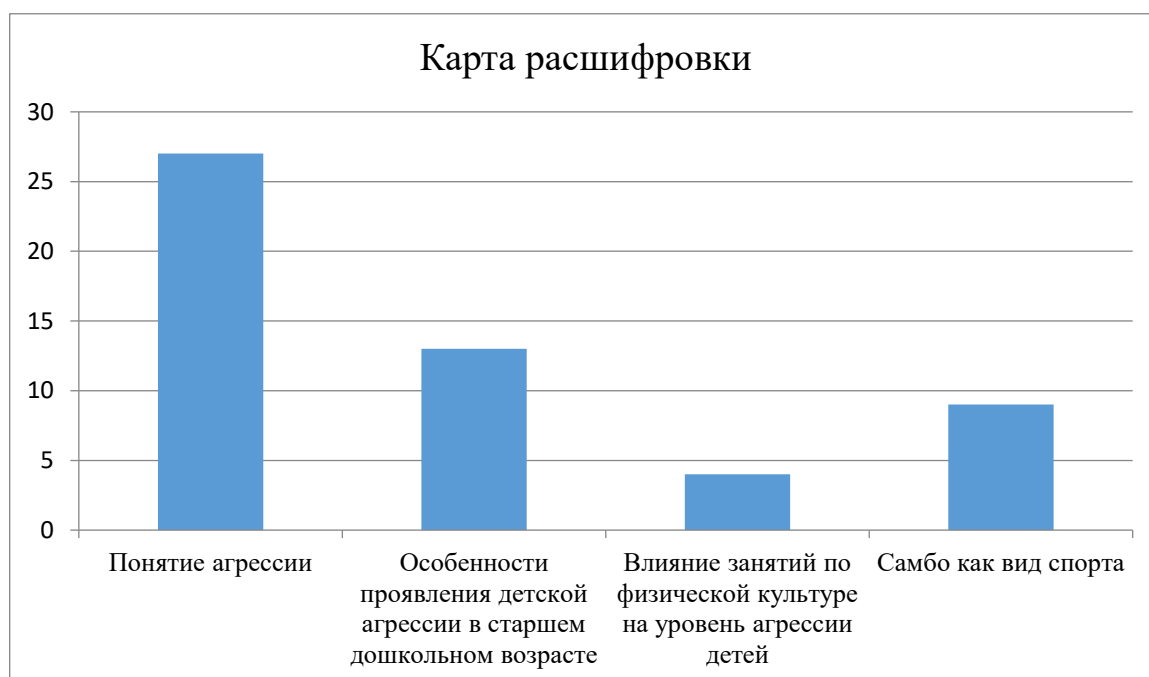


Рисунок 1 – распределение литературных источников по вопросам

1.1. Понятие агрессии

На очень позднем этапе человечество заинтересовалось явлениями «агрессии» и «агрессивного поведения»; вероятно, до девятнадцатого века эта тема вообще не привлекала внимания в связи с каким-либо отклонением, то есть выходом за пределы нормы. Как и в мире животных, каждый человек агрессивен

настолько, насколько он может себе это позволить. Начиная со второй половины 19 века, когда революционные и наполеоновские войны, с одной стороны, и цивилизация становилась все более искусственной, с другой, общество в лице психологов и педагогов начало задумываться о понятии агрессии. В то же время до сих пор не существует единого, общепринятого определения, вероятно, потому, что агрессия является одной из основных реакций человека на внешние угрозы и проявляется в различных стереотипах его поведения [8, с. 18].

В настоящее время тема агрессии – одна из самых важных в современной педагогике и психологии. Большое количество российских и зарубежных ученых изучали проблему агрессии, но так и не пришли к единому мнению. Это свидетельствует о сложности и многогранности проблемы.

Однако, чтобы решить проблему агрессивного поведения, нам сначала нужно разобраться в определениях.

Проанализируем основные взгляды на агрессию в работах зарубежных научных деятелей. Особого внимания заслуживают взгляды и теории таких зарубежных исследователей, как Л. Берковиц, Р. Бэрн, К. Лоренц, З. Фрейд и др. [3; 4; 7; 16].

Поскольку слово «агрессия» переводится с английского и подразумевает широкий спектр действий, существует несколько толкований этого термина. Различными представителями науки был предложен ряд противоречивых определений агрессии, ни одно из которых нельзя отнести к категории общепризнанных и исчерпывающих.

Р. Берн и Д. Ричардсон в своей работе «Агрессия» [13] анализируют различные жизненные ситуации и отмечают, что определение агрессии можно рассматривать в трех направлениях. Согласно первому подходу, агрессия – это любое поведение, которое является опасным или вредным для других. Этой позиции придерживается и А. Басс. Согласно второй формуле, предложенной рядом видных ученых, для того чтобы действия можно было назвать агрессией, они должны иметь намерение оскорбить, а не просто вызвать такие последствия.

Третья позиция, которой придерживается М. М. Зильманн [13], гласит, что агрессия должна применяться только тогда, когда предпринимается попытка причинить физический или личный вред другому человеку.

На основе теоретического анализа были определены основные концепции агрессии:

- инстинктивистская теория;
- теория фрустрации;
- теория социального обучения;
- теория переноса возбуждения.

Первую теорию можно считать одной из самых ранних и наиболее широко используемых теорий. Первая теория гласит, что агрессивное поведение является инстинктивным. Самым известным представителем этой теории является Зигмунд Фрейд. Его учение основано на идее о существовании двух основных инстинктов: *eros*, инстинкта жизни, и *thanatos*, импульса к смерти. Первый инстинкт направлен на укрепление, защиту и приумножение жизни, а второй инстинкт – *thanatos* – направлен на уничтожение и прекращение жизни. З. Фрейд говорит: «агрессия начинается с врожденного инстинкта смерти, направленного против своего обладателя. Он интерпретировал это как реакцию на фрустрированные желания и влечения. По мнению психологов, все поведение человека состоит из взаимодействия «любви» и «привязанности», а агрессия – это энергия «любви», направленная на других. З. Фрейд утверждал, что агрессия присуща каждому человеку с рождения и является частью его природы. Когда энергия инстинкта смерти не направлена вовне, это приведет к уничтожению человечества. По мнению З. Фрейда и А. Адлера [7], инстинктивное стремление к власти и агрессии так же глубоко укоренено в человеке, как и потребность в пище, защите, тепле и другие потребности. Инстинктивное влечение так же глубоко укоренилось в человеке, как инстинкты еды, защиты и тепла.

В рамках инстинктивистской теории заслуживают внимания взгляды эволюционистов. Их идеи очень похожи на идеи З.Фрейда, но они считают, что

корнем агрессивного поведения является боевой инстинкт, который присущ всем животным, включая человека [7]. Этот теоретический подход был предложен известным этологом К.Лоренцем. По его мнению, агрессивные стимулы возникают в результате признания «своим» или «чужим». Создание социальных групп, внутренне объединенных и отчужденных от своих соседей, происходит в процессе индоктринации социального поведения. В основе теории лежит идея о том, что стереотипы позволяют легко отличить друзей от врагов, попутчиков от незнакомцев. Они делают мир проще и обеспечивают чувство безопасности [16].

По мнению К.К. Лоренца [16], агрессивная энергия постоянно генерируется в организме и накапливается со временем. Чем больше агрессивной энергии хранится в организме в любой момент времени, тем меньше стимулов требуется для ее высвобождения в форме агрессивного поведения.

Следующая концепция, более популярная, предполагает, что источником агрессии являются внешние причины, например, толчок или подталкивание к причинению вреда другим. Наиболее влиятельная теория этой тенденции была разработана Дж. Доллардом и его коллегами. Это теория фрустрации-агрессии. По определению, данному в Словаре по психологии под редакцией Б.Г. Мещерякова и В.П. Зинченко [33], фрустрация – это психологическое состояние, вызванное невозможностью удовлетворить какую-либо потребность или желание. Состояние фрустрации сопровождается различными негативными эмоциями: разочарованием, раздражительностью, тревогой и отчаянием. Ученые Дж. Доллард и Н. Миллер [35] утверждают, что люди, испытавшие фрустрацию, испытывают желание быть агрессивными. Иногда агрессивный импульс сталкивается с внешними препятствиями или преодолевается страхом наказания. В то же время намерение действовать агрессивно сохраняется и может привести к агрессивному поведению. Однако она не направлена на действительно разочарованного человека.

Л.Л. Берковиц [3, с. 61], также приверженец теории фрустрации-агрессии, в своих более поздних работах указывал, что именно когнитивные процессы

являются центральными во взаимосвязи между агрессией и фрустрацией. Согласно предположениям теории, человек может осуществлять контроль над своим агрессивным поведением. По этой причине необходимо научить людей реально представлять себе возможные опасности, которые могут исходить непосредственно от опасной ситуации или угрожающего человека. В то же время эмоциональные процессы играют важную роль в этом вопросе. Многие ученые согласны с тем, что агрессия носит импульсивный характер и не контролируется разумом.

Другая концепция, теория социального обучения, иллюстрирует важность процессов социализации в формировании агрессии. Центральное место в этой теории занимает идея о том, что агрессия – это поведение, которому учатся в процессе социализации. Этот процесс происходит через наблюдение за соответствующими действиями и социальное подкрепление. Канадский ученый А. Бандура, основатель этой теории [51], в своей научной работе объяснил, как агрессивное поведение усваивается, провоцируется и регулируется. Исследуя природу агрессии, он выделяет три основные черты, которые позволяют нам анализировать процесс агрессивного поведения. Во-первых, нужно выяснить, как усваивается агрессивное поведение. Какие биологические или наученные факторы приводят к агрессивному поведению. Второй момент заключается в определении факторов или совокупности факторов, которые провоцируют возникновение агрессивного поведения. Это могут быть мотивация, поведенческие влияния, неприемлемое обращение и другие. Наконец, необходимо определить условия, при которых агрессивное поведение сохраняется. Это могут быть внешние поощрения и наказания, альтернативное подкрепление, механизмы саморегуляции и другие.

Представители теории социального обучения подчеркивают важность социальной обусловленности для процесса агрессии. Эта теория более оптимистична в отношении возможности предотвращения или контроля

агрессии. В этом заключается одно из существенных отличий данной концепции от других доктрин.

Агрессия – это мотивированное и деструктивное поведение человека, которое нарушает принятые правила и нормы существования человека в обществе и причиняет моральный, физический, материальный или психологический вред другим людям [7].

Как отмечают Р. Бэрн и Д. Ричардсон [4], большинство зарубежных ученых сегодня принимают следующее определение агрессии: «это любая форма поведения, направленная на то, чтобы командовать или причинить вред другому живому существу, которое не желает, чтобы с ним обращались подобным образом. Авторы рассматривают агрессию как модель поведения, а не как эмоцию, мотив или отношение».

Далее проанализируем основные моменты в работах отечественных ученых по вопросу агрессии и агрессивного поведения. Особого внимания заслуживают идеи и теории таких исследователей, как Л.С. Выготский [6], А.Г. Долгова [7], А.И. Захаров, Н.Д. Левитов, В.С. Мухина, Р.С. Немов [20], Т.Г. Румянцева, С.Я. Чижова [44].

Большинство отечественных авторов настаивают на необходимости разделения понятий «агрессия» и «агрессивность». Р.С. Немов [20] понимает агрессию как враждебность – поведение индивида по отношению к другим, характеризующееся желанием причинить неприятности и ущерб другим. Агрессия – это конкретное действие, причиняющее вред другому человеку или объекту, а агрессивность – это решимость действовать агрессивно по отношению к другим.

По мнению К.К. Платоновой [26], агрессия – это психологический феномен, проявляющийся как стремление к насильственным действиям в межличностных отношениях. Согласно результатам лонгитюдного исследования А.И. Захарова [20], агрессия начинается в детстве, становится

устойчивой чертой личности и сохраняется на протяжении всей последующей жизни.

Многие современные исследования проводят различие между понятиями «агрессия» и «агрессивность». Догма современной научной педагогики и психологии заключается в том, что агрессия без агрессии может существовать, но агрессия, проявляющаяся в агрессивных действиях, является неизбежным явлением.

На основе теоретического анализа различных теорий и подходов отечественных ученых можно отметить основные закономерности в определении понятий «агрессия» и «агрессивность» и выявить общие положения.

1. Отечественная наука склонна разделять понятия «агрессия» и «агрессивность» и специально разграничивать их.

2. Различные отечественные ученые понимают агрессию как целенаправленное и деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе. Такое поведение повреждает одушевленные и неодушевленные объекты нападения и причиняет физический вред людям или оставляет их в состоянии депрессии, страха, негативных эмоций или другого психического дискомфорта.

3. Яркое выражение агрессии. Это проявляется в открытой или скрытой злобе, вражде и раздорах. Агрессия проявляется в различных формах грубости. Он может включать острые и часто эмоциональные переживания гнева, импульсивную активность, ярость и желание выместить свои негативные эмоции на других.

4. Агрессия может рассматриваться как: средство достижения важных целей, способ высвобождения, замещения или удовлетворения заблокированных потребностей, способ восстановления баланса, удовлетворения потребности в самоактуализации и самоутверждении.

5. Агрессия как личностная черта или характеристика может проявляться в разной степени. Он может полностью отсутствовать или находиться на крайнем уровне развития. У каждого человека свой уровень агрессии.

В то же время не все исследователи согласны с негативной оценкой и значением агрессии для человека. Некоторые ученые, в том числе Т.Г. Румянцева [48], подчеркивают, что агрессия является необходимым условием нормальной жизнедеятельности человека. Они рассматривают агрессию как фундаментальную динамическую характеристику активности и адаптивности человека. Отсутствие агрессии приводит к пассивности, зависимости, покорности и т.д. Однако слишком высокий уровень развития и проявления агрессии могут также привести к формам критического и неодобрительного поведения.

Подводя итоги параграфа 1.1. «Понятие агрессии» можно сделать вывод, что существующие определения агрессии, агрессивного поведения и агрессивности, данные отечественными и зарубежными учеными, демонстрируют большую вариативность, однако ни одно определение не может считаться единым и общепризнанным. Представителями науки, изучающими агрессию в целом, было предложено значительное количество концепций, теорий и классификаций. Некоторые из них согласны по ключевым пунктам, но другие противоречат друг другу. Основываясь на изученной научной литературе, мы склонны принять следующее определение агрессии – поведение, направленное на причинение вреда объектам, которые могут быть биологическими или неодушевленными. Агрессивное поведение может быть формой реакции на физический и психический дискомфорт, стресс и фрустрацию. Она также может использоваться как средство достижения важных целей, включая повышение своего статуса путем самоутверждения.

1.2 Особенности проявления детской агрессии в старшем дошкольном возрасте

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее острых проблем, не только для педагогов и психологов, но и для нашего общества в целом.

Агрессивное поведение у детей дошкольного возраста является одним из распространенных видов отклоняющегося поведения. Агрессию как форму поведения можно встретить у многих детей в старшем дошкольном возрасте в качестве отражения слабой социализированности личности и отсутствия более сложных конструктивных коммуникативных навыков. Агрессивные поведенческие реакции могут приобретать у детей дошкольного возраста устойчивую форму поведения. Следствием является нарушение межличностных взаимоотношений.

В психологии и педагогике накоплено значительное количество исследований агрессивного поведения детей старшего дошкольного возраста (Г. В. Бурменская, О. А. Карабанова, А. Г. Лидерс и др.). Раскрывая вопрос детской агрессии, мы фактически сталкиваемся с удивительным единодушием – большинство исследователей рассматривают её как исключительно негативное явление, с которым надо бороться, учить контролировать и т.д.

Агрессия дошкольника – это разрушительное поведение, которое противоречит нормам и правилам поведения людей в социуме и наносит вред, подвергшимся нападению [49, с. 495].

Р. Бэррон определяет агрессивное поведение детей дошкольного возраста как любую форму поведения, направленную на причинение вреда другому участнику взаимодействия; это преднамеренное действие, направленное на причинение физического или психологического вреда [4, с. 13].

Проявления агрессии детей дошкольного возраста имеют свои особенности. У детей дошкольного возраста инициатива агрессии во многом

переходит от отдельных личностей к группам детей, а агрессивное поведение становится более спланированным [6, с. 123].

В этом возрасте приобретение навыков конструктивного общения позволяет достигать желаемого без насилия. А агрессия в большей степени становится средством выражения природной деструктивности – желания причинить оппонентам вред и получить от этого удовольствие.

Желание решать свои проблемы без помощи взрослых и стремление к чувству защищённости приводит к формированию группировок, что в свою очередь приводит к усилению агрессивности детей дошкольного возраста. Она позволяет им утверждаться в коллективе, а он – снижает их страх перед наказанием.

Кроме того, в этом возрасте дети не способны критично отфильтровывать информацию и очень восприимчивы, к примеру выдуманных героев – персонажей мультфильмов, фильмов, книг – поэтому очень важно, что именно они читают и смотрят [1].

К целям агрессии детей дошкольного возраста мы можем отнести: привлечение к себе внимания сверстников, достижение превосходства над сверстником, защита и месть, стремление возглавлять коллектив, стремление получить желаемое материальное благо, причинить боль и вред. Т.е. как правило, это стремление получить желаемое и защитить своё. В то же время отдельные дети получают удовольствие от физической боли и унижения других – что абсолютно асоциально, неконструктивно и должно сразу купироваться.

Основными причинами агрессии у детей дошкольного возраста являются:

- желание привлечь внимание сверстников;
- желание достичь желаемого результата;
- желание быть главным;
- защита и месть;
- желание подчеркнуть собственное превосходство, принижая достоинство других;

- социальные условия жизни;
- особенности семейного воспитания;
- проблемы в дошкольном учреждении и среди сверстников, сцены насилия в медиасреде;
- индивидуальные особенности ребёнка;
- фрустрация базовых потребностей ребёнка, заболевания.

Выявление природы агрессии у детей дошкольного возраста требует определенной классификации. Поэтому И.А. Фурманов предложил разделить агрессивное поведение детей дошкольного возраста на две формы: социализированное и несоциализированное поведение:

1. Социализированная агрессия проявляется у детей, которые в большинстве случаев не имеют психических расстройств. У них низкий уровень морально-волевой регуляции поведения, моральная неустойчивость, пренебрежение социальными нормами и низкий самоконтроль.

2. Несоциализированная агрессия чаще встречается у детей, страдающих психическими расстройствами (эпилепсия, шизофрения, органические повреждения мозга) с негативными эмоциональными состояниями (тревога, страх, дисфория) [39].

Наиболее распространенными формами агрессии у детей дошкольного возраста являются следующие:

1. Физическая агрессия – агрессия с причинением материального вреда объекту злости. Виды физической агрессии :

- косвенная физическая агрессия направлена на принесение какого-либо материального ущерба другому через непосредственные физические действия. Например, ребенок ломает постройку из кубиков другого, или мажет красками рисунок другого сверстника.

- прямая физическая агрессия – это непосредственное нападение на другого и причинение ему физической боли и унижение. Может принимать две формы – символическую и реальную. Символическая представлена угрозами и

запугиванием (ребенок показывает кулак товарищу или пугает его); реальная агрессия – непосредственным физическим нападением (у детей драки принимают формы укусов, царапанья, хватания за волосы, и пр.).

2. Вербальная агрессия – вид агрессии, представляющий собой выражение негативных чувств к человеку в словесных ответах. Виды вербальной агрессии:

– вербальная прямая агрессия – это оскорбления и вербальные формы унижения другого. Традиционные такие «детские» формы прямой вербальной агрессии : дразнилки: («Ябеда – корябеда»); оскорбления («Урод», «Дебил»).

– вербальная косвенная агрессия направлена на обвинение или угрозы сверстнику, которые осуществляются в различных высказываниях: жалобы, демонстративный крик, направленный на устранение сверстника («Не мешай»); агрессивные фантазии («Я тебя догоню, выброшу твою игрушку», и пр.).

3. Инструментальная агрессия совершается как средство достижения результата. Например, ребенок, громко требующий от матери, чтобы она купила ему игрушку.

4. Враждебная агрессия проявляется в :

– обиде – зависть и ненависть к окружающим, обусловленные чувством горечи, гнева на весь мир за действительные или мнимые страдания.

– подозрительности – недоверие и осторожность по отношению к людям, основанные на убеждении, что окружающие намерены причинить вред.

5. Аутоагрессия – направленность на себя: самоуничтожение вплоть до самоубийства, саморазрушающее поведение, психосоматические заболевания [25, с. 78].

Проявления агрессии у детей старшего дошкольного возраста можно наблюдать в основном в ситуациях защиты своих интересов и отстаивания своего превосходства, когда агрессивное поведение применяется в качестве средства достижения конкретной цели. Максимальное удовлетворение дети получают при получении желанного результата, после чего агрессивные действия прекращаются [2, с. 497].

Основываясь на проявлениях агрессивного поведения, И.А. Фурманов выделил четыре категории агрессии у детей: физическая агрессия, вербальная агрессия, косвенная агрессия и негативизм [39, с.68]. Рассмотрим отдельные группы более подробно:

1. Дети, склонные к физической агрессии, решительны, склонны к риску, безрассудны и авантюры. Они экстраверты (общительные, раскованные, уверенные в себе), в сочетании с амбициозностью и стремлением к общественному признанию. Это часто подкрепляется хорошими лидерскими качествами, способностью сплотить коллег, правильно распределить групповые роли и вдохновить их.

2. Дети, склонные к вербальной агрессии, характеризуются психической неустойчивостью, постоянным страхом, сомнениями и неуверенностью в себе.

3. Дети, склонные к косвенной агрессии, характеризуются чрезмерной импульсивностью, плохим самоконтролем, недостаточной социализацией драйвов и низким уровнем осознания своих действий.

4. Дети, склонные к негативизму, отличаются повышенной ранимостью и впечатлительностью.

Также представим некоторые характеристики агрессивных детей, которые указывают на внутренние противоречия, проблемные зоны и их внутренние конфликты:

– в случаи преднамеренной агрессии (нанесение телесных повреждений, уничтожение имущества и т.д.), они склонны не брать на себя ответственность за свои действия;

– воспринимают ситуации как угрожающие и враждебные;

– всегда обвиняют других в своем деструктивном поведении;

– демонстрируют низкий уровень эмпатии в межличностных отношениях;

– имеют неврологические дефициты: неустойчивое и рассеянное внимание, слабая рабочая память, неустойчивая память неспособность

предсказать последствия своего поведения; и позитивное отношение к агрессии, потому что она позволяет им чувствовать себя важными и сильными;

- не оценивают свое агрессивное поведение как агрессивное;
- ограниченная реакция на проблемные ситуации;
- плохое осознание и контроль эмоций;
- склонны видеть себя негативно со стороны других;
- страх перед непредсказуемым поведением родителей;
- чрезмерно чувствительны к своим негативным установкам [15, с. 81].

Безусловно и у мальчиков, и у девочек дошкольного возраста формируется своя личность, которая влияет на все сферы психической деятельности, но в большей степени на интеллектуальную и эмоциональную сферы.

Мальчики обладают большей способностью к абстрагированию, их круг интересов шире и разнообразнее, чем у девочек. В то же время мальчики зачастую менее способны, чем их сверстницы, решать некоторые практические задачи, связанные с повседневной жизнью. У девочек во многом лучше, чем у мальчиков, развита вербальная деятельность, а такие чувства, как сострадание и сочувствие, проявляются в большей степени. Девочки также более озабочены мнением окружающих и более чувствительны к критике и насмешкам по поводу своей внешности. Кроме того, девочки и мальчики различаются в оценке собственных психологических качеств. Мальчики склонны видеть себя смелыми, сильными и энергичными, в то время как девочки не стесняются показывать свои слабости.

Поэтому говоря про проявления агрессии дошкольниками, необходимо упомянуть некоторые общие тенденции, характерные для всех обозначенных групп. Их выявили проведенные учеными исследования и анализ проблемных ситуаций у детей дошкольного возраста.

Модели агрессивного поведения, как пример и закрепление усвоенного, дети дошкольного возраста берут из семьи, от сверстников, в сценах насилия в масс-медиа. Поведение членов семьи в повседневной жизни способствует

развитию агрессии у детей – крики, ругань, грубость, унижение, взаимные упреки и оскорбления, а также равнодушие взрослых, избегание общения с детьми, доминирование и враждебность по отношению к ним.

Лишь потом свои угрозы и риски вносит жизнь в социуме, информационная среда, взросление и т.д. Один вариант воспитания агрессивности: чрезмерно предупредительные родители. Если агрессия позволяет постоянно получать желаемое дома, то затем это переносится вовне семьи и, в случае успешности такого поведения, становится свойством личности. В результате взрослый человек с таким воспитанием может проявлять эгоцентрические, истерические и возбудимые черты характера. С другой стороны, если родители эмоционально пренебрежительны, отвергают и негативны, это создает тревогу, которая приводит к агрессии. Это дает ребенку некоторую эмоциональную разрядку и заставляет его быть внимательным. Такой тип воспитания может привести к замкнутости, повышенной тревожности и другим расстройствам у ребенка. Агрессивные дети обычно воспитываются в семьях, которые не заинтересованы в развитии ребенка и предпочитают наказания и терпеливые объяснения.

Чаще других агрессивными вырастают мальчики, которые воспитывались в исключительно женском окружении. В семьях с жестоким авторитарным отцом сын берёт его модель поведения, особенно если мать мягкая и уступчивая. То же самое характерно для девочек, которые берут пример с жесткой авторитарной матери при наличии слабовольного отца. Агрессивность характерна для девочек, предоставленных самим себе [19, с. 64].

Л.М. Семенюк выявила различия и сходства между уровнями агрессии, проявляемыми мальчиками и девочками в определенном возрасте. Так, мальчики в возрасте 10-11 лет демонстрируют более высокий уровень агрессии (70 к 30). В возрасте 12-13 лет эти показатели составляют 59 к 38, а в возрасте 14-15 лет значения между ними почти равны – мальчики – 61, девочки – 59 [25, с. 61].

Среди мальчиков и девочек различия в агрессивности связаны только с формой агрессии. Исходя из данных, полученных в исследовании Р. Барона и Д. Ричардсона, можно сделать вывод, что мальчики более склонны прибегать к прямой физической агрессии, то есть к применению силы. С другой стороны, девочки, в отличие от мальчиков, скрывают свои чувства и переживания и более склонны к вербальным и косвенным формам агрессии.

Для девочек агрессия – это разрядка эмоционального напряжения в моменты гнева. Мальчики же, напротив, используют агрессию как инструмент и рассматривают ее как модель поведения, к которой прибегают для получения различных социальных и материальных вознаграждений [7, с. 260].

Мальчики и девочки по-разному относятся к агрессии. Мальчик может проявлять прямую агрессию, не чувствуя вины и не задумываясь о последствиях такого поведения. Девочка, в свою очередь, более четко оценивает ситуацию и проявляет косвенную агрессию, «выпуская свою энергию на другой объект» [16, с. 51].

Девочки раньше обучаются контролировать свою агрессивность. Они уходят от физической формы агрессии к вербальной, от открытой к косвенной, причём она направлена адресно. Это происходит из-за более раннего взросления, и из-за особенностей женского воспитания.

Мальчики в среднем позже и хуже умеют контролировать свою агрессивность и выражать её в социально приемлемых формах [14, с. 90].

Подводя итоги параграфа 1.2. «Особенности проявления детской агрессии в старшем дошкольном возрасте» можно сделать вывод, что агрессия детей старшего дошкольного возраста является актуальной для многих родителей и активно исследуется детскими психологами. Агрессия и агрессивное поведение закрепляются в ходе развития, воспитания ребенка, и их формирование зависит как от окружения, так и от него самого. Агрессивное поведение старших дошкольников требует своевременной профилактики, а именно планомерного и подконтрольного формирования доверительных и

доброжелательных отношений. Семейное воспитание в старшем дошкольном возрасте создает ряд предпосылок для появления, развития и закрепления агрессивности как черты личности, что обуславливает реальную необходимость в диагностике и коррекции.

1.3 Влияние занятий физической культурой на уровень агрессии детей

Агрессия на занятиях по физической культуре и в спорте определяется как физическое и психическое поведение, выходящее за рамки норм и правил спорта и направленное на нарушение психических процессов, состояний и свойств личности спортсменов, нарушающее их психофизиологический внутренний баланс, приводящее к недостаткам физической активности и наносящее физический и психический вред спортсменам.

Проведенные в последние годы исследования, основанные на различных опросниках, выявляющих агрессивность, позволяют включить агрессию в структуру личности спортсмена.

Сегодня концепция агрессивного поведения, основанная на теории социального обучения (Ю.В. Краев, 1999), приобретает все большее значение в спорте. Влияние физической культуры и спорта на агрессивное поведение, демонстрируемое детей во время занятий, обусловлено спецификой спорта. Виды спорта, позволяющие проявлять агрессию в рамках правил игры, оказывают влияние на формирование конструктивных форм агрессивного поведения у детей. Специфика агрессивного поведения в спорте, в свою очередь, зависит от специфики вида спорта и уровня спортивной пригодности, при этом конкретное проявление агрессии у детей определяется самооценкой личностных качеств [14].

По мнению Е.А. Байера [2, С. 8], применение системного подхода и средств физической культуры позволяет добиться конкретных положительных изменений в физической и психологической сферах. Она способствует активизации процессов самосознания и самоуправления в деятельности детей.

Совместное воздействие физических упражнений создает предпосылки для дальнейшего развития физической формы, а также влияет на психологическую сферу.

По мнению В.А. Кабачкова, физическая активность нормализует уровень агрессии у детей, что эмпирически подтверждается в исследованиях влияния спорта на психологическую устойчивость и физическое здоровье подростков. Так, например в начале эксперимента 31,3% детей из группы атлетической гимнастики и 32,6% тех, кто занимался боксом, при разрешении конфликтных ситуаций полагались на грубые угрозы, словесные формы и опору на собственные силы. К концу исследования количество детей в этих группах уменьшилось [10].

Исследования В.А. Хо-шу-де свидетельствуют о том, что агрессия, возникающая на начальных этапах занятий физкультурой или спортом, связана с такими ценностями, как непримиримое неблагополучие, спортивный результат, борьба за себя за счет других и победа в соревновании. Поскольку система ценностей обучаемых меняется, что приводит к смещению ценности личности с результата на ее процесс, уровень агрессии снижается по мере увеличения продолжительности занятий [40].

В своем исследовании эмоционального состояния молодых борцов Н.Б. Кутергин обнаружил, что они были более агрессивны как по своему эмоциональному состоянию (раздражительность, негативизм), так и по поведенческим реакциям (вербальная, физическая агрессия), чем молодые люди, не занимающиеся физической активностью. Однако борцы не были более агрессивными, чем спортсмены, которые не были борцами. Исследования показывают, что наиболее агрессивные молодые люди изначально начинают заниматься борьбой, но борьба приводит к снижению показателей агрессивности.

Изначально на занятия физкультурой приходят те дети, которые наиболее агрессивны в общении и наиболее склонны к самоутверждению за счет

физической силы, компенсируя свою тревожность, для которых физическое развитие и разнообразие жизненного опыта имеют первостепенное значение, как указывает А. Ротенберг в своем исследовании детей, занимающихся спортом или физкультурой.

А.Р. Ротенберг отмечает, что мальчики, которые больше ценили физическое развитие и разнообразный жизненный опыт, как правило, присоединялись к борцовским группам. Они были более агрессивны в общении и более склонны к самоутверждению с помощью физической силы, что компенсировало их тревожность. В процессе обучения боевым искусствам агрессия таких детей трансформируется из вербальных форм и немотивированного дискомфорта в физическое действие, повышается их адаптация к лидерству и профессиональной деятельности, повышается их социализация, формируются их жизненные перспективы и планы на будущее. В результате они приобретают большую нервно-психологическую устойчивость благодаря участию в боевых искусствах.

Тульский социолог С.Н. Шашкова изучала влияние занятий по физической культуре (на примере боевых искусств) на социальное самочувствие детей. Автор на основе эмпирических исследований подтвердил, что мнение о том, что занятия физической культурой (боевым искусством) являются агрессивным и жестоким видом спорта и что боевые искусства способствуют развитию агрессии, ошибочно. В ее исследовании приводятся результаты экспертного опроса, в котором говорится, что «агрессия играет доминирующую роль только на начальных этапах спортивной карьеры, а в дальнейшем только мешает ей». С помощью этих данных автор в какой-то мере опровергает свой собственный аргумент об отсутствии агрессии в боевых искусствах.

Работа кандидата философских наук В.В. Скороходова вызывает особый интерес, так как в ней раскрываются факты влияния практики традиционных боевых искусств на личностные характеристики детей. Исследователи уверяют, что, согласно эмпирическим данным, основными мотивами для изучения детьми

боевых искусств являются самоутверждение, уверенность в себе, психическое и физическое совершенствование и обучение самозащите. По мере увеличения времени занятий фокус мотивации смещается на ценность умственного и физического совершенствования. На занятиях у детей повышалась уверенность в себе, расширялся кругозор и снижалась агрессивность.

Исследование Н.Ю. Шумаковой взаимосвязи между агрессивным поведением и физической активностью у подростков, склонных к спорту, показало иные результаты. Интервью с различными категориями детей показали, что до начала занятий боевыми искусствами они были наиболее спокойны. Для детей мотивацией для изучения боевых искусств была необходимость дать отпор, когда на них могли напасть, и научиться защищаться. У детей, занимавшихся боевыми искусствами, наблюдались следующие ощущения себя: гнев – 8,2%, счастье – 9,2%, гордость – 12,7%, агрессия – 20% и, что самое опасное, 15,3% выражали чувство беспощадности, в то время как чувства расслабления или вдохновения никто не заметил. Авторы делают вывод, что отсутствие духовного восприятия у занимающихся боевыми искусствами делает детей агрессивными и безжалостными.

Развитие агрессивного поведения у детей – это нормальный и сложный процесс, включающий как физические факторы, так и многие социализирующие факторы: семья, сверстники, СМИ. Ребенок становится агрессивным из-за происходящих физиологических процессов, в частности развития нервной системы. Его повышенная возбудимость, резкие перемены настроения, экстремальное поведение и раздражительность в сочетании с опытом порождения конфликтов и сложностью адаптации к взрослой жизни приводят к агрессии [18]. Дети переживают агрессию как ситуативное состояние, когда они предпринимают действия, направленные на причинение вреда себе или другим. Часто агрессия защищает от внешних угроз, способствует адаптации, помогает отстаивать свои интересы и снимает страх, то есть является доброкачественной адаптацией в процессе социализации. В целом, деструктивно-деструктивная

агрессия опасна для развития личности и возникает, когда дети сталкиваются с проблемами адаптации к внешним условиям не только в результате психофизических факторов, но и в результате неблагоприятных социальных и семейных условий, некоторых личностных особенностей, недостатка воспитания [21, 23].

Современные занятия по физической культуре и спорту, в силу своей специфики, предъявляет разнообразные и высокие требования к психологическим качествам детей. Высокие результаты в физической подготовке обеспечиваются не только физической подготовкой, но и психоэмоциональной подготовкой ребенка. Занятия по физической культуре и спорт является фактором социализации и воспитания личности, поскольку она возникает и проявляется непосредственно в процессе физической активности и в различных межличностных отношениях, связанных с ней. Совокупность этих отношений составляет основу формирующего влияния занятий по физической культуре и спорта на личность и усвоения ею социального опыта в области спорта.

В исследовании Е.Б. Ольховской отмечается, что дети, которые систематически занимаются физкультурно-спортивной деятельностью в секциях, обладают более низкими показателями агрессии, т.е. менее склонны к агрессивному поведению, чем их сверстники, не занимающиеся спортом. Спортсмен умеет контролировать свои эмоции в зависимости от официальных правил проведения соревнований и несет ответственность во время игры не только за свои действия, но и за действия всей команды. В физкультурно-спортивной деятельности происходит формирование саморегуляции ребенка. Он становится более эмоционально устойчивым, коммуникативным, толерантным, приобретает адекватную самооценку и адекватную оценку других людей. Все это способствует к снижению агрессивных проявлений в повседневной жизнедеятельности [21].

В обязанности учителя/тренера входит помочь детям научиться контролировать свою агрессию, но в соответствии с правилами соревнований и общепринятыми нормами поведения, особенно при игре и проигрыше против более сильных соперников. В некоторых агрессивных видах спорта отдельным детям требуется огромная помощь, чтобы научиться быть агрессивными, контролировать свою агрессию и не испытывать угрызений совести после такого поведения.

Управление агрессией представляется важной задачей во многих видах спорта, включая те, которые поощряют физический контакт, и виды спорта, где агрессия может быть направлена на мячи, копы или другие предметы.

Учитель/тренер, который умеет предвидеть чрезмерную агрессию у своих воспитанников и хорошо понимает их и природу самой агрессии, имеет все шансы стать лидером и наставником для детей.

Подводя итоги параграфа 1.3. «Влияние занятий физической культурой и спортом на уровень агрессии у детей» можно сделать вывод, что физическая культура и спорт представляет интерес как фактор, влияющий на проявление агрессии у детей, так как дает возможность выразить агрессивные чувства, не причиняя большого вреда. Однако существует недостаток исследований о влиянии физической культуры и спорта на уровень агрессии у детей. В то же время анализ этого вопроса показывает их высокую эффективность в качестве альтернативы различным деструктивным формам поведения детей. Физкультурно-спортивная деятельность является не только средством укрепления физического здоровья детей, но и осуществляет профилактику проявления агрессивного поведения.

1.4 Самбо как вид спорта

Самбо (от «самозащита без оружия») – вид спортивного единоборства, а также комплексная система самообороны. Борьба самбо подразделяется на два вида: спортивное и боевое

Спортивное самбо – вид борьбы с большим арсеналом болевых и удушающих приемов, а также бросков, применяемых в стойке и в партере.

Боевое самбо (принятое в спецподразделениях МВД и Министерства обороны) помимо приемов борьбы включает ударную технику, работу с оружием, специальную технику: связывание, конвоирование и так далее [52].

В основу самбо положены приемы и технические элементы многих национальных видов борьбы народов СССР (узбекской кураш, грузинской чигаоба и др.), а также дзюдо кодокан. Формирование самбо как самостоятельного вида борьбы началось в 1920-е, центром его развития стал московский клуб «Динамо». Первые соревнования прошли в 1923. Сразу наметились два направления дальнейшего развития самбо – спортивное и прикладное. Первоначально борьба называлась «сам», «самоз», «вольная борьба», «борьба вольного стиля», пока – уже в 1940-е – официально не утвердилось привычное для нас название [53].

Так, Ч.Т. Иванков, даёт следующее определение: самбо – средство физического воспитания – это системы, комплексы, применяемые для тренирующего воздействия на различные органы и функции организма для обучения и совершенствования двигательных навыков, а также для получения информации в процессе учебно-тренировочных занятий с целью повышения их эффективности [50].

Многие считают, что самбо впитало и продолжает впитывать в себя наиболее эффективные приёмы защиты и нападения, которые тщательно отбираются из различных видов боевых искусств. Вместе с приемами борьбы самбо впитало в себя и нравственные принципы народов, передавших самбо часть своей культуры.

В настоящее время использование элементов самбо как средства физического воспитания для повышения физической подготовленности является важным элементом современного этапа развития физической культуры.

Использование элементов самбо на занятиях физической культурой выполняют две важные функции:

их применение обеспечивает объективный контроль физического состояния и физической подготовки.

их можно использовать в качестве тренировки в учебных занятиях.

Исследования М. Закарьева, С.Ф. Ионова, К.Т. Иванкова, В.А. Никифорова, Б.М. Рыбалко, Г.С. Туманяна и других показали, что борьба вносит значительный вклад в развитие физической подготовленности, ловкости, координации и большей гармонии.

Использование элементов самбо на занятиях физической культурой позволяют активизировать двигательную, интеллектуальную и оздоровительную деятельность детей, способствуют приобщению детей к занятиям физическими упражнениями, обеспечивают в полной мере полноценное физическое, умственное и функциональное развитие школьников, поскольку способствует быстрому решению задач в единицу времени.

Физкультурные занятия в сочетании с элементами самбо также проводятся с целью закрепления и совершенствования двигательных умений и навыков, развития физических качеств и способностей в изменённой обстановке. Они основываются на выполнении комплексов движений в сочетании с комплексами упражнений работы в парах, как в спортивном так и в оздоровительном направлениях.

Использование элементов самбо на занятиях физической культурой способствуют усилению и нормализации взаимосвязи физиологических систем, что обеспечивает приспособление к повышенным запросам, предъявляемым организмом.

Под влиянием регулярных физических тренировок у занимающихся улучшаются условия внешнего дыхания, метаболизм миокарда, нормализуется терморегуляция, липидный обмен [5, 15, 16, 25, 29, 30].

Базовой основой физической подготовки воспитанников является приобретение умений, навыков, а также решение образовательных, воспитательных и оздоровительных задач.

Так, ученые-теоретики продолжают выдвигать различные гипотезы, часто противоречащие друг другу. Особое место в дебатах на эту тему занимают боевые искусства, которые сегодня очень популярны как среди взрослых, так и среди детей.

«Хотя люди веками занимались боевыми искусствами для самообороны и духовного развития, лишь недавно исследователи применили научные методы, чтобы оценить истинные масштабы влияния этой практики на мозг», – пишет психолог Э.Джонстон, работающий в Бангорском университете в Великобритании.

Исследование, проведенное учеными из Висконсинского университета в Мадисоне, США, изучало группу детей в возрасте 8-11 лет, которые занимались самбо. Обучение боевым искусствам было направлено на воспитание уважения к окружающим и самооборону в рамках программы по борьбе с издевательствами. Детей также учили сохранять определенный самоконтроль в конфликтных ситуациях.

Психологи обнаружили, что обучение боевым искусствам снижает агрессивное поведение у мальчиков. Они также обнаружили, что дети чаще вмешивались и помогали тем, над кем издевались, чем до начала обучения. В поведении девочек не было обнаружено значительных изменений, возможно, потому, что до тренировки они демонстрировали более низкий уровень физической агрессии, чем мальчики. Обе группы улучшили свои результаты по математическим тестам.

По мнению некоторых психологов, занятия боевыми искусствами, такими как борьба, бокс, карате и элементов самбо, развивают уверенность в себе и способность контролировать эмоции. Другие считают, что такая деятельность приводит к постепенному росту подсознательной агрессии, за которой следует

сознательная агрессия, приобретаемая через наблюдение или подражание, и вероятность ее возникновения тем выше, чем чаще она подкрепляется действием. Учитывая существование таких разных мнений, практические исследования влияния занятий боевыми искусствами на детскую агрессию, безусловно, представляют интерес.

Очень часто излишняя агрессивность и нервозность у детей обусловлена чувством собственной незащищенности, неуверенности в себе или окружающих. Такой ребенок невольно начинает провоцировать окружающих своими действиями на совершение каких-либо поступков. При помощи этого он старается подчеркнуть свою значимость, способность влиять на окружающих и ситуацию, почувствовать свою ценность, не всегда представляя всех возможных последствий своих действий. Поражение или осуждение окружающих в таких случаях дети воспринимают как трагедию, могут впасть в истерику, даже причинить себе вред.

При этом важно помнить, что на занятиях с включение элементов самбо нельзя прибегать к физическому и психологическому давлению на ребенка, а стараться строить равноправные взаимоотношения с детьми на основе разумных договоренностей, чтобы дети могли заниматься, чувствуя себя максимально комфортно. А комфортное самочувствие является основой более полного усвоения материала.

Также в рамках нашего исследования стоит отметить, что неотъемлемой частью учебного процесса на занятиях физического воспитания является контроль за качеством знаний и умений. Контроль знаний и умений является составной частью практически всех видов и форм учебных занятий, а его результаты представляют собой основу как для коррекции работы обучаемых, так и для изменения методики и содержания учебной программы, оптимизации всей организационной структуры учебного процесса.

Одной из неиспользованных возможностей является увеличение и расширение роли и значения элементов спортивной подготовки для решения

педагогических задач в процессе занятий. Основная цель заключается в том, чтобы для оптимизации управления учебно-тренировочной деятельностью занимающихся разработать методические обоснования использования их в соответствии с дидактическими задачами.

Рассматривая основные направления физического воспитания, некоторые эксперты указывают, в частности, на улучшение систем управления общеобразовательными учреждениями. Поэтому вполне естественно, что ученые и практики пытаются использовать нетрадиционные средства физического воспитания в учебных заведениях для достижения этой цели.

Некоторые авторы, А.С. Кузнецов, А.И. Соколов, В.А. Калябин, С.А. Литвинов, А.В. Сафощин и другие, уже пытались внедрить элементы борьбы в занятия по физической культуре на обоснованной основе и получили хорошие результаты, подтвердив тем самым правильность выбранного пути. Элементы борьбы элементов самбо были изучены для закрепления и совершенствования техники с помощью специфических средств и подвижных игр. Однако спортивные поединки не проводились из-за риска получения травм. Хотя это и является улучшением, на наш взгляд, такая программа является неполной, так как в работе делается акцент на развитие физических качеств без учета техники движений, структура которых, по нашему мнению, должна быть доминирующим значением, если не ограничивающим, и далее отсутствие спортивных поединков и турниров создает ложное представление о борьбе. Поскольку критерием истины является практика, а абсолютная истина труднодостижима, продвижение требует обратной связи от результатов практики к знаниям, а этой обратной связи, без борьбы, трудно достичь.

Подводя итоги параграфа 1.4. «Самбо как вид спорта» можно сделать вывод, самбо – это не только обучение боевому искусству или система контратаки против безоружного противника, но и система воспитания, способствующая формированию морально-волевых качеств, патриотизма и гражданственности будущих поколений. Основной упор при занятиях

физической культурой с включение элементов самбо делается в первую очередь на ловкости, гибкости и координации движений, физической силы и выносливости, так как эти качества нуждаются в постановке и проработке в первую очередь. Но также на занятиях обращают внимание на развитие таких качеств, как самодисциплина, ответственность за себя и других, выработка логического мышления и чувств команды, когда общий результат не менее важен, чем личный результат каждого.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ ПО ГЛАВЕ 1

Агрессия – поведение, направленное на причинение вреда объектам, которые могут быть биологическими или неодушевленными. Агрессивное поведение может быть формой реакции на физический и психический дискомфорт, стресс и фрустрацию. Она также может использоваться как средство достижения важных целей, включая повышение своего статуса путем самоутверждения.

Агрессия детей старшего дошкольного возраста является актуальной для многих родителей и активно исследуется детскими психологами. Агрессия и агрессивное поведение закрепляются в ходе развития, воспитания ребенка, и их формирование зависит как от окружения, так и от него самого. Агрессивное поведение старших дошкольников требует своевременной профилактики, а именно планомерного и подконтрольного формирования доверительных и доброжелательных отношений. Семейное воспитание в старшем дошкольном возрасте создает ряд предпосылок для появления, развития и закрепления агрессивности как черты личности, что обуславливает реальную необходимость в диагностике и коррекции.

Физическая культура и спорт представляет интерес как фактор, влияющий на проявление агрессии у детей. Так как он дает возможность выразить агрессивные чувства, не причиняя большого вреда. Однако существует недостаток исследований о влиянии физической культуры и спорта на уровень агрессии у детей. В то же время анализ этого вопроса показывает их высокую эффективность в качестве альтернативы различным деструктивным формам поведения детей. Физкультурно-спортивная деятельность является не только средством укрепления физического здоровья детей, но и осуществляет профилактику проявления агрессивного поведения.

Использование элементов самбо на занятиях по физической культуре – это не только обучение боевому искусству или система контратаки против безоружного противника, но и система воспитания, способствующая

формированию морально-волевых качеств, патриотизма и гражданственности будущих поколений. Основной упор при занятиях физической культурой с включение элементов самбо делается в первую очередь на ловкости, гибкости и координации движений, физической силы и выносливости, так как эти качества нуждаются в постановке и проработке в первую очередь. Но также на занятиях обращают внимание на развитие таких качеств, как самодисциплина, ответственность за себя и других, выработка логического мышления и чувств команды, когда общий результат не менее важен, чем личный результат каждого.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

2.1. Организация исследований

1 этап – на этом нашей работы нами осуществлялся сбор и анализ литературных источников по теме «Методические приёмы профилактики агрессивного поведения у дошкольников на занятиях по физической культуре средствами борьбы самбо». За период обучения нами было собрано и проанализировано 50 литературных источников.

2 этап – в период с октября по ноябрь 2021 года нами было проведено анкетирование. В анкетном опросе приняли участие воспитатели и родители детей подготовительной группы МДБОУ № 248. Родители заполняли анкету на своего ребенка, воспитатели на каждого ребенка в группе. Таким образом, было заполнено 69 анкет. Анкетирование было направлено на выявление основных показателей агрессивного поведения детей дошкольного возраста в семье и детском саду.

3 этап – на этом этапе нашей работы нами было проведено педагогическое наблюдение, которое проходило с апреля по май 2021 года. Наблюдение проходило в МБДОУ №248 за детьми подготовительной группы. Наблюдение проходило на занятиях по физической культуре. Всего в наблюдении приняли участие 23 ребенка. В период с 6 апреля по 14 мая мы пронаблюдали 15 занятий. Педагогическое наблюдение было направлено на выявление отношения к занятиям физической культурой детей дошкольного возраста.

4 этап – проведение педагогического эксперимента. Педагогический эксперимент проходил в МБДОУ № 248 г. Красноярска с ноября 2021 года по март 2022 года. В педагогическом эксперименте приняли участие воспитанники детского сада старшей (экспериментальной) и подготовительной (контрольной) группы, в каждой группе по 20 человек. В ходе педагогического эксперимента мы корректировали агрессивное поведение дошкольников средствами из борьбы самбо, повышали уровень заинтересованности к занятиям по физической

культуре, а также развивали базовые физические качества. Всего было проведено 52 занятия по физической культуре.

5 этап – на заключительном этапе нашей работы нами осуществлялась статистическая обработка результатов, установление достоверности полученных результатов. Выявление эффективности наших экспериментальных исследований.

2.2. Методы исследований

Анализ литературных источников – этот метод использовался нами для исследования основных вопросов связанных с агрессивным поведением детей дошкольного возраста. В результате проведения анализа литературных источников нами были исследованы следующие вопросы: «Понятие агрессии», «Особенности проявления детской агрессии в старшем дошкольном возрасте», «Влияние занятий по физической культуре на уровень агрессии у детей, «Самбо как вид спорта».

Анкетирование - техническое средство конкретного социального исследования, составление, распространение и изучение анкет. Нами анкетирование проводилось с целью выявления основных показателей агрессивного поведения детей дошкольного возраста в семье и детском саду.

Педагогическое наблюдение - метод, с помощью которого осуществляется целенаправленное восприятие какого-либо педагогического явления для получения конкретных фактических данных. Оно носит созерцательный, пассивный характер, не влияет на изучаемые процессы, не изменяет условий, в которых они протекают, влияет на изучаемые процессы, не изменяет условий, в которых они протекают, и отличается от бытового наблюдения конкретностью объекта наблюдения, наличием специальных приемов регистрации наблюдаемых явлений и фактов.

Наше педагогическое наблюдение было направлено для выявления отношения к физической культуре детей дошкольного возраста. Наблюдение за

ребёнком в различных ситуациях и при выполнении им разных видов деятельности, позволяет педагогам выявить признаки, вызывающие агрессию, нежелание чем-либо заниматься.

Педагогический эксперимент – слово «эксперимент» (от лат. experimentum – «проба», «опыт», «испытание»). Существует множество определений понятия «педагогический эксперимент». Это специальная организация педагогической деятельности учителей и учащихся с целью проверки и обоснования заранее разработанных теоретических предположений, или гипотез.

С целью коррективы агрессивного поведения дошкольников средствами из борьбы самбо, повышения уровня заинтересованности к занятиям по физической культуре, а также повышения уровня развития базовых физических качеств, нами был проведён педагогический эксперимент.

Статистическая обработка результатов – обработка полученных данных в ходе исследований при помощи методов математической статистики. Нами проводились вычисления достоверности, разности средних значений по t – критерию Стьюдента.

ГЛАВА 3. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ ВНЕДРЕНИЯ СРЕДСТВ ИЗ БОРЬБЫ САМБО ДЛЯ ПРОФИЛАКТИКИ АГРЕССИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ У ДОШКОЛЬНИКОВ

3.1. Выявление основных показателей агрессивного поведения дошкольников

Агрессивное поведение у ребенка способно значительно ограничивать и даже снизить его активность, а также сформировать у него тревожность и низкую самооценку. При наличии агрессивного поведения у ребенка значительно снижается его способность к продуктивной деятельности и к общению и взаимодействию с другими людьми. Такое поведение отрицательно влияет на развитие личности. Таким образом, агрессивное поведение носит отрицательный характер, как для общества, так и для самого ребенка.

Для решения этой проблемы, нами было проведено анкетирование. В анкетном опросе приняли участие воспитатели и родители детей подготовительной группы МДБОУ № 248. Родители заполняли анкету на своего ребенка, воспитатели на каждого ребенка в группе. Таким образом, было заполнено 69 анкет.

В анкете было представлено 20 критериев агрессивного поведения, где респонденты должны были отметить насколько часто то или иное агрессивное поведение проявляется у ребенка.

Цель анкетирования: выявить основные показатели агрессивного поведения детей дошкольного возраста в семье и детском саду.

Для проведения опроса нами была разработана адаптированная анкета на основе критериев агрессивного поведения по М. Алворду, П. Бейкеру и анкеты для воспитателей «Критерии агрессивности у ребенка» (Лаврентьева Г.П., Титаренко Т.М., 1992). В анкете было представлено 20 критериев агрессивного поведения, где респонденты должны были отметить «часто», «редко» или

«никогда» на каждый из представленных критериев агрессивного поведения ребенка:

1. Спорит, ругается со взрослыми;
2. Теряет контроль над собой;
3. Винит других в своих ошибках;
4. Завистлив, мстителен;
5. Мало и беспокойно спит;
6. Специально раздражает окружающих;
7. Отказывается подчиняться правилам;
8. Легко ссорится, вступает в драку;
9. Не считается со сверстниками, не уступает, не делится;
10. Старается общаться с младшими и физически более слабыми;
11. Отказывается от коллективной деятельности;
12. Чрезмерно подвижен;
13. Любит быть первым, командовать, подчинять себе других;
14. Часто не по возрасту ворчлив;
15. Стремится сделать всё наоборот;
16. У него нередко приступы мрачной раздражительности;
17. Неудача вызывает у него сильное раздражение;
18. Желание найти всегда виноватых;
19. Очень сердится, когда ему кажется, что кто-то над ним подшучивает;
20. Иногда у него возникает желание сделать что-то плохое, шокирующее окружающих.

В ходе анкетного опроса были выявлены наиболее выраженные критерии агрессивного поведения ребенка в семье, по мнению родителей, и в детском саду, по мнению воспитателей.

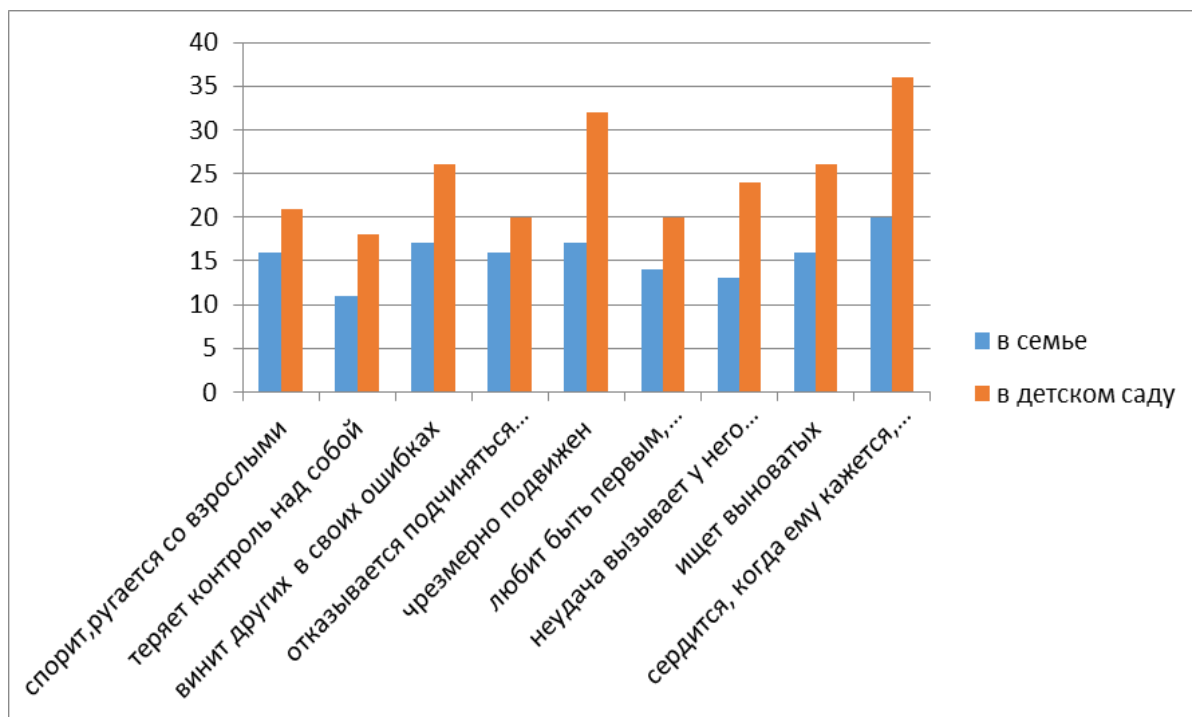


Рисунок 2 – Наиболее выраженные критерии агрессивного поведения детей в семье и детском саду

Было выявлено, что дети проявляют аналогичные критерии агрессивного поведения в семье и детском саду, причем, более выражено в дошкольном учреждении по таким критериям как:

- Спорит, ругается со взрослыми;
- Теряет контроль над собой;
- Винит других в своих ошибках;
- Отказывается подчиняться правилам;
- Чрезмерно подвижен;
- Любит быть первым, командовать, подчинять себе других;
- Неудача вызывает у него сильное раздражение;
- Ищет виноватых;
- Сердится, когда ему кажется, что кто-то над ним подшучивает.

Такой критерий поведения как «ребенок старается общаться с младшими и физически более слабыми детьми», отметили меньшее количество родителей,

чем воспитателей. В детском саду данный критерий более выражен, чем в семье, это связано с низким уровнем развития игровых и коммуникативных навыков. Ребёнку легче играть с тем, кто легко поделится своей игрушкой и не дерётся. Многие дети сами ещё не знают, как себя защитить и поэтому они стараются общаться с младшими и физически более слабыми детьми.

Чтобы увидеть общий уровень агрессивного поведения детей в семье и детском саду, мы суммировали все положительные ответы родителей и отдельно все положительные ответы воспитателей. Из диаграммы видно, что в детском саду дети ведут себя более агрессивно. Это связано с тем, что многие дети пытаются перенять манеры, действия и поведение другого ребёнка, так дети стараются подружиться и проявляют признаки эмпатии друг к другу. А также, присутствие детей и воспитателей повышает состояние возбуждения ребёнка, его чрезмерной активности.

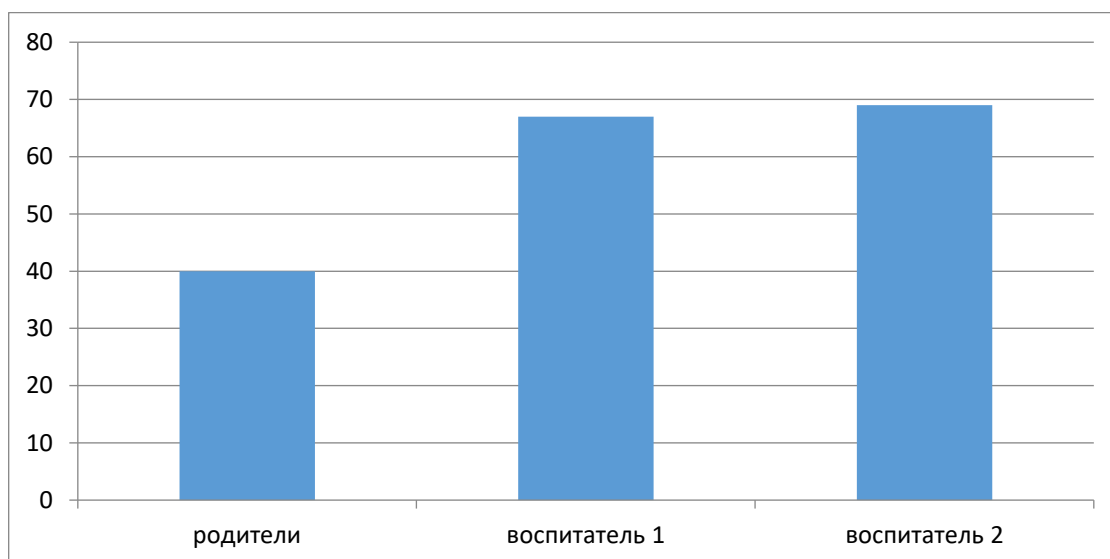


Рисунок 3 - Общий уровень агрессивного поведения детей в семье и детском саду

Таким образом, подведя итоги параграфа 3.1. «Выявление основных показателей агрессивного поведения дошкольников», можно сделать вывод, что критерии агрессивного поведения в семье и в детском саду совпадают, но наиболее выражены в детском коллективе дошкольного учреждения. Критерий «ребенок старается общаться с младшими и физически более слабыми детьми»,

отметили меньшее количество родителей, чем воспитателей. В детском саду данный критерий более выражен, чем в семье, это связано с низким уровнем развития игровых и коммуникативных навыков. Ребёнку легче играть с тем, кто легко поделится своей игрушкой и не дерётся. Многие дети сами ещё не знают, как себя защитить и поэтому они стараются общаться с младшими и физически более слабыми детьми.

3.2. Выявление отношения к занятиям по физической культуре дошкольников

Наблюдение за ребёнком в различных ситуациях и при выполнении им разных видов деятельности, позволяет педагогам выявить признаки, вызывающие агрессию, нежелание чем-либо заниматься. Кроме того, наблюдение позволяет педагогам научиться определять, какого рода поведения можно ожидать от ребёнка при определённых условиях и какими средствами лучше всего избежать негативных реакций и их последствий. Посредством наблюдения можно получить наиболее адекватную оценку поведения и интересов ребёнка. Наблюдение даёт разнообразную информацию для понимания сильных и слабых сторон ребёнка, особенностей, нужд и потребностей детей, характера, взаимоотношений с другими детьми и взрослыми.

Цель педагогического наблюдения – выявить отношение к физической культуре детей дошкольного возраста.

Педагогическое наблюдение проходило в МБДОУ №248 за детьми подготовительной группы. Всего в наблюдении приняли участие 23 ребенка. Наблюдение проходило на занятиях по физической культуре. В период с 6 апреля по 14 мая мы пронаблюдали 15 занятий.

Нами был разработан протокол педагогического наблюдения за ребёнком (таблица 1). Протокол включает в себя 8 блоков: настроение,

заинтересованность, двигательная активность, дисциплинированность, контактность, физическая агрессия, конфликтность, эмоциональное состояние.

Таблица 1– Бланк протокола педагогического наблюдения

Параметры	Характеристики	Дата			
Настроение	бодрое				
	уравновешенное				
	раздражительное				
	подавленное				
	Склонен к быстрой смене настроения				
Заинтересованность	Не испытывает интереса на занятиях				
	На занятии интересно, старается выполнить всё правильно				
Двигательная активность	Избыточный темп и количество действий				
	На новые движения проявляет тормозные реакции				
	Быстро возбуждается и медленно успокаивается (от игры)				
	Делает всё четко по команде преподавателя				

Дисциплини- рованность	Не захотел переодевать форму				
	Соблюдает дисциплину				
	Ведет на занятии себя так же, как и во время свободной деятельности (что хочет, то и делает)				
Контактность	Трудности в общении со сверстниками и преподавателем				
	Легко и быстро устанавливает контакт				
Физическая агрессия	Бросает и ломает игрушки, предметы				
	Толкает сверстников, дерётся				
	Признаки агрессии отсутствуют				
Конфликт- ность	Сам провоцируют конфликт				
	Отвечает агрессивно на действия других				
	В конфликт не вступает				
Эмоциональ- ное состояние	Обижается, психует при поражении (обвиняет других в своих неудачах)				

	Не реагирует на замечание				
	На занятии старается, исправляет свои ошибки сам				

Самый проблемный блок оказался «двигательная активность», такие пункты как: избыточный темп и количество действий; на новые движения проявляет тормозные реакции; быстро возбуждается и медленно успокаивается – какой-либо признак наблюдался у 100% детей.

В ходе наблюдения были выявлены дошкольники с разными показателями отношения к физической культуре.

По диаграмме видно (рисунок 4) распределение детей на низкий, средний и высокий уровень заинтересованности занятиями по физической культуре.

У 70 % детей дошкольного возраста высокий уровень заинтересованности к занятиям по физической культуре. И только у 8 % наблюдался низкий уровень заинтересованности.

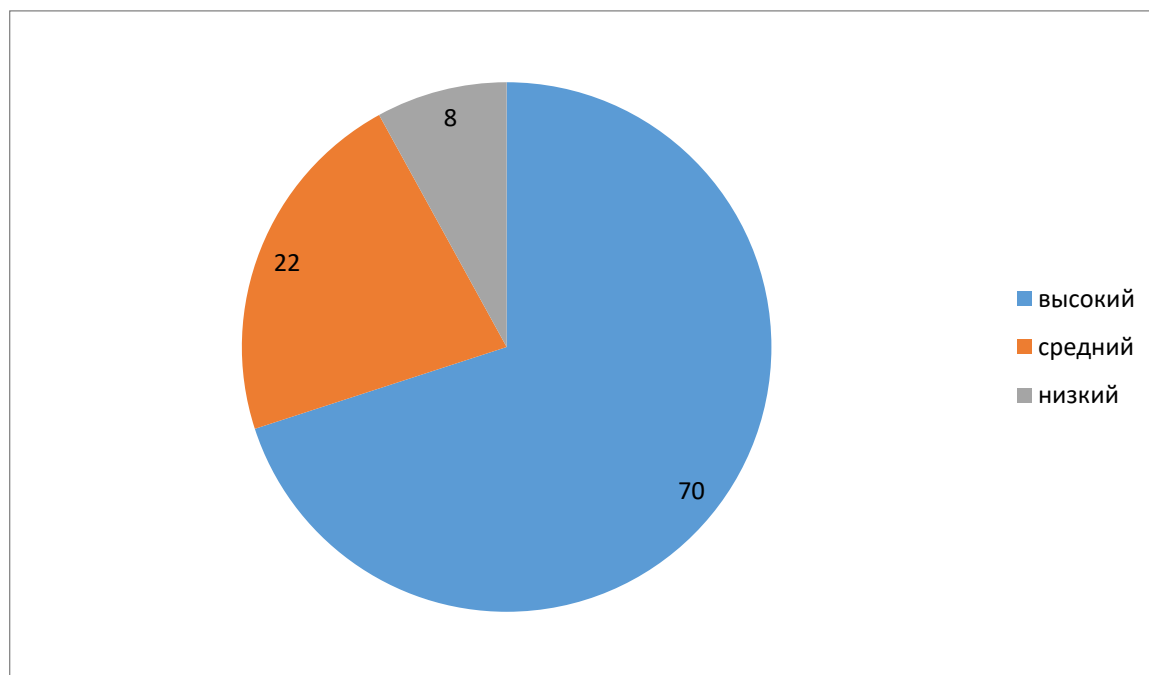


Рисунок 4 – Уровень заинтересованности детей к занятиям по физической культуре (%)

Средний показатель заинтересованности к занятиям по физической культуре по всей группе составил 86 %, что показывает высокий уровень.

Физическая культура играет важную роль во всех этапах развития ребёнка. Правильно «привитое» желание, заинтересованность к физической культуре даст хороший фундамент в бедующем всестороннем развитии личности. Физическая культура в дошкольном возрасте формирует важные качества, такие как: коллективизм, дисциплинированность, двигательную активность, трудолюбие.

Вывод: У детей подготовительной группы МБДОУ № 248 наблюдался высокий уровень заинтересованности к занятиям по физической культуре.

3.3 Выявление, обоснование и внедрение средств из борьбы самбо, направленных на снижение агрессии на занятиях по физической культуре у дошкольников

С целью коррективки агрессивного поведения дошкольников, повышения уровня заинтересованности к занятиям по физической культуре, а также развития уровня физических качеств, нами был проведён педагогический эксперимент. Педагогический эксперимент проходил в МБДОУ № 248 г. Красноярска с октября 2021 года по март 2022 года, всего было проведено 52 занятия по физической культуре. В педагогическом эксперименте приняли участие воспитанники детского сада старшей (экспериментальной) и подготовительной (контрольной) группы, в каждой группе по 20 человек.

Нами были разработаны занятия по физической культуре с внедрением элементов борьбы самбо. Каждое занятие проходило по стандартной схеме: подготовительная, основная и заключительная части.

Разминка на всех занятиях была построена таким образом, что была выбрана последовательность упражнений, начиная с головы до ног. Так как упражнения в разминке повторялись, то это поспособствовало более правильному выполнению упражнений от занятия к занятию. Принцип

систематичности – это, прежде всего регулярность занятия, правильное чередование нагрузки и отдыха. Дети, выполняя упражнения систематично, уже автоматически могли выполнять их правильно.

В занятия были внедрены элементы из борьбы самбо. Данные элементы выявлены и внедрены не только для достижения предполагаемого результата, но и для повышения заинтересованности учащихся, так как чем больше они заинтересованы, тем результативнее занятия по физической культуре.

Начинали занятия с более лёгких элементов – стойка на одной ноге с поднятием на носок, перекаты, самостраховка, кувырок вперёд, когда освоили эти элементы переходили к более сложным - скручивание на удержание, задняя подножка.

Элементы, из борьбы самбо использовавшиеся на занятиях по физической культуре в детском саду.

Круговая тренировка: отжимания, велосипед, приседания, прокатывание набивного мяча в парах или тройках, джампинг джек.

В процессе круговой тренировке развиваются не только физические качества, но и умения сосредоточиться на учебной задаче, следовать указаниям взрослого, контролировать свои действия в процессе выполнения задания. Умение чётко следовать инструкциям имеет большое значение: без него дошкольник не в состоянии усваивать знания и навыки в процессе обучения, что очень важно для бедующих школьников.

Группировка.

Лёжа или сидя спина круглая, максимально согнуть ноги, прижимая пятки к бёдрам и захватывая, прижимать плотнее, левой рукой левую, а правой – правую нижнюю часть голени. Локти прижать, колени немного развести, голову опустить между ними.

Перекаты.

Ноги чуть разгибаются и тянутся вперёд, не отпуская рук, затем резким движением прижимаются так, чтобы ступни коснулись пола.

Кувырок вперед.

1. Нужно встать на край покрытия, на котором будет выполняться упражнение;
2. Ноги соединяются, производится присед. Руки сгибаются в локтях, ставятся на ширине плеч;
3. Голова должна быть между рук, так чтобы подбородок касался груди;
4. Упор на шею может привести к серьезным повреждениям;
5. Чтобы избежать возможного защемления позвонков, вес тела лучше переносить на лопатки;
6. Необходимо прокатиться на лопатках, чтобы бедра прошли над головой;
7. Ноги выпрямляются и сгибаются уже после выполнения кувырка, но гимнасты считают, что их лучше прижимать к животу;
8. Спина при кувырке вперед должна быть округлена;
9. Выполнять упражнение нужно максимально ровно;
10. Чтобы подняться после кувырка без помощи рук, необходимо опуститься на мат полной стопой и разогнуть колени.

Стойка на одной ноге с поднятием на носок.

Положение стоя, руки на талии, одна нога сгибается в колене и отводится в сторону, для усложнения подняться на носок, удерживая равновесие.

Передвижения:

В игровой форме повторяют за тренером манеру передвигаться по залу, не отрывая пятки и носки, немного согнув расслабленные колени, внимательно контролируя осанку (не сгибаясь, спина только прямая), руки не висят вдоль тела, кисти на уровне глаз, кулак не сжимать; по прямой попеременным шагом и подшагиванием, по кругу и с поворотами.

Техника самостраховки (падения)

Исходное положение, сидя гимнастическом мате, ноги в стороны, спина прямая, упасть на бок и выполнить интенсивный хлопок ладонью прямой руки о

гимнастический мат, голова не должна коснуться гимнастический мат, оставаясь в вертикальном положении.

Исходное положение, лёжа на спине, подбородок прижат к груди, колени прижаты к груди, руки перед грудью, выполняются хлопки о гимнастический мат ладонями выпрямленных рук (8-10 раз).

Переход с партера на удержание

Стойка в партере лицом друг к другу. Правой рукой обхватить шею соперника, левой - за локоть. Скрутить соперника на спину.

Задняя подножка

Оба самбиста в положении правой стойки.левой рукой захватить одежду под правым локтем противника, а правой над его правой ключицей.

левой ногой шагнуть вперед–влево (носок развернув влево), поставив её возле правой ступни противника (рис. а и б). Затем занести слегка согнутую правую ногу влево–вперёд и подкашивающим движением поставить прямую правую ногу на всю ступню сзади правой ноги противника так, чтобы подколенный сгиб подбил подколенный сгиб правой ноги противника (рис. в).

В момент выполнения подножки тяжесть тела нападающего должна быть перенесена на согнутую в колене левую ногу. Сильным рывком рук и туловища влево–вниз бросить противника к своему левому носку.

Падающего нужно страховать левой рукой за правую руку (рис. г).

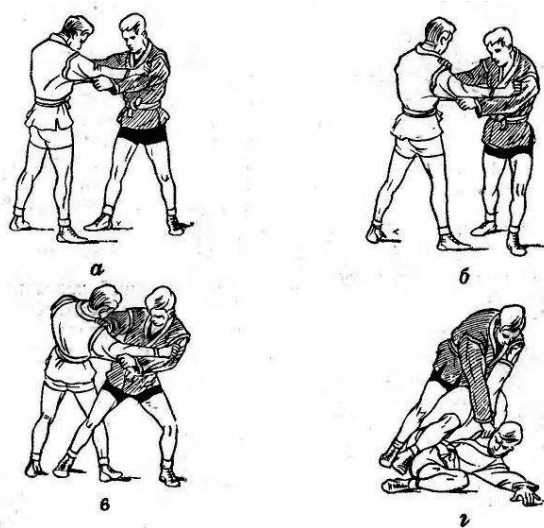


Рисунок 5 – техника выполнения приёма задняя подножка

В этом возрасте у детей более развита зрительная память, а логическое мышление ещё не позволяет понять все объяснения педагога, поэтому очень важно, чтобы тренер показывал технически правильное передвижение, поскольку дети в точности копируют манеру всех движений своего наставника.

Так же в нашей работе мы применяли подвижные игры:

На силу, на выносливость:

Перетягивание каната

1. Дети делятся на две примерно равные по силам команды.
2. Чертится на площадке линия. Она будет центром. Именно в этом месте должен изначально располагаться центр каната (он отмечен другим цветом или цветной ленточкой)
3. Параллельно этой линии на расстоянии примерно метр чертится еще две линии. С одной и другой стороны. Это контрольные линии.
4. Каждая из команд берется за канат со своей стороны (за своей контрольной линией). Предупредите детей, что во время перетягивания перехватывать канат нельзя, поэтому нужно сразу взяться за него так, чтобы было удобно. Ноги на ширине плеч, согнуты в коленях. Ведущая нога чуть впереди.
5. По сигналу судьи дети начинают тянуть канат - каждая команда в свою сторону.
6. Выигрывает команда, которая первая перетянула ленточку (середину каната) за свою черту.

Игра развивает ловкость, силу и командный дух.

С бегом:

«Самолёты»

Взрослый – диспетчер, он дает команды и руководит полетом летной эскадрильи. Дети – самолеты, они выполняют по команде диспетчера упражнения – фигур пилотажа.

Упр. 1. Отправляемся в полет. Бег по площадке, руки в стороны.

Упр. 2. Помахать крыльями – наклониться направо, налево.

Упр. 3. Снижаемся. Ходьба в полуприседе – руки в стороны. Набираем скорость – встали и побежали.

Упр. 4. Маневрирование. Поворот направо, налево – повороты туловища.
«У медведя во бору»

Выбирается водящий – медведь, он становится на определенное место – в берлоге. Остальные играющие – дети. Они располагаются на другой стороне площадки в своем доме. Пространство между домом и берлогой медведя – лес (бор, дети идут в бор за грибами и ягодами, постепенно приближаясь к медведю. Во время сбора грибов и ягод дети припевают:

У медведя на бору
Грибы, ягоды беру.
Медведь простыл,
На печи застыл!

Медведь притворяется спящим во время припева ребят. На последних словах медведь потягивается и бежит за ребятами, а они быстро поворачиваются и убегают к себе домой или разбегаются в стороны, стараясь не попасться медведю, и спасаются у себя дома.

Кого медведь поймает, тот меняется с ним ролью.

Правила:

1. Медведь не имеет права выбегать и ловить ребят, пока они не скажут последние слова речитатива.

2. Ловить только в установленных пределах площадки.

3. Если кто-либо из ребят убежит за пределы площадки, он становится водящим медведем или выбывает из игры (по договоренности).

«Найди себе пару»

Описание игры: Играющие стоят вдоль стены или возле воспитателя. Ребятишкам дается по одной ленточке каждому. В игре участвуют нечетное число детей, 1 должен остаться без пары

Пока звучит бубен дети разбегаются по площадке хаотично. Когда бубен замолкает дети, имеющие ленточки одинакового цвета, находят себе пару.

После 2 — 3 игр, поменялись ленточками, взяли себе другой цвет.

Вместо ленточек можно использовать платочки или флажки. А так же таблички с изображением предметов по определенной теме. Например, воробей и самолет (летают, кит и корабль (плавают) и т. д.

С прыжками:

«Огуречик, огуречик»

Цель: упражнять детей выполнять бег врассыпную, прыжки на двух ногах с продвижением вперед, использовать все пространство зала.

Ход игры: На одной стороне зала – воспитатель «мышка», на другой стороне – дети. Они приближаются к «мышке» прыжками на двух ногах. Воспитатель говорит:

Огуречик, огуречик, не ходи на тот конечик,

Там мышка живет, тебе хвостик отгрызет.

Дети убегают за условную черту в свой «домик», а педагог их догоняет.

С бросанием и ловлей:

«Поймай мяч».

Цель: упражнять детей ловить мяч, брошенный воспитателем и бросать его обратно.

Ход игры: Напротив, ребенка на расстоянии 1,5—2 м от него становится взрослый. Он бросает мяч ребенку, а тот возвращает его. В это время Взрослый произносит слова: «Лови, бросай, упасть не давай!» Каждое слово сопровождается броском мяча. Слова нужно произносить медленно, чтобы малыш успел поймать мяч и бросить его не спеша. По мере овладения навыками ловли и бросания расстояние между ребенком и взрослым можно увеличивать. Если играют двое детей, взрослый следит, чтобы они хорошо бросали мяч и при ловле не прижимали его к груди.

«Подбрось – поймай»

Цель: Учить детей соревноваться. Упражнять в бросании мяча двумя руками снизу-вверх и ловить его.

Ход игры: Дети свободно располагаются в помещении или на площадке, каждый в руках держит мяч. По сигналу воспитателя: «Начинай!» дети подбрасывают мяч вверх и ловят его. Каждый считает, сколько раз сумеет поймать мяч и не уронить его.

Указания. Детей можно разделить на пары. Одни подбрасывают и ловят мячи, а другие считают или все становятся в круг, а один или двое из играющих выходят в середину круга и подбрасывают мяч. Все наблюдают за правильностью выполнения задания. Можно ввести и элемент соревнования: кто подбросит и поймает мяч большее число раз? Можно включить и такие упражнения: подбросив мяч вверх, подождать, пока он ударится о землю, а затем уже поймать; ударить мячом о землю и поймать его; подбросить мяч повыше, хлопнуть в ладоши, поймать мяч; подбросить мяч, быстро повернуться кругом и после отскока мяча от земли поймать его.

На ориентировку в пространстве, на внимание:

"Найди свой домик"

Цель: учить быстро действовать по сигналу; учить ориентироваться в пространстве.

Ход игры: Каждый ребёнок выбирает для себя "домик". Играет музыка, дети бегают, прыгают, играют. По сигналу, когда воспитатель выключает музыку, дети должны быстро найти "свой домик" и занять его.

Игры на снижение агрессии:

«Своя тень»

(подвижная игра)

Цель: формирование умения управлять своим поведением.

Содержание. Дети делятся на пары, в каждой, из которой один ребенок играет сам себя, а другой - его тень. Тот, кто играет сам себя по сигналу бежит по кругу. Не далее чем в шаге от него бежит его «тень». Первый ребенок

стремится уйти от преследователя («тени», который старается от него не отстать. Первый ребенок может делать обманные остановки, замедлять или ускорять движения, путая свою «тень».

«Клеевой дождик» (Учим детей общению)

Цель: способствовать сплочению группы.

Дети встают друг за другом и держатся за плечи впереди стоящего. В таком положении они преодолевают различные препятствия.

1. Подняться и сойти со стула.
2. Проползти под столами.
3. Обогнуть широкое озеро.
4. пробраться через дремучий лес.
5. Прячется от диких животных.

На протяжении всего упражнения не должны отцепляться от своего партнёра.

До и после педагогического эксперимента в контрольной и экспериментальной группе нами были проведены контрольные нормативы:

1. Приседания (количество раз за 30 секунд);
2. Поднимание туловища из положения лёжа на спине (количество раз за 30 секунд),
3. Наклон вперёд из положения сидя (см);
4. Челночный бег 3х10 (с).

Эксперимент проводился в течение четырёх месяцев, на протяжении этого времени были достигнуты следующие результаты, которые представлены в таблицах 2,3, 4,5 и 6.

Таблица 2 – Результаты тестирования двигательных качеств обучающихся экспериментальной группы в начале и в конце эксперимента

Ф.И.	Приседания (30 с)		Поднимание туловища из положения лёжа на спине (30 с)		Наклон вперёд из положения сидя (см)		Бег челночный 3X10 (с)	
	до	после	до	после	до	после	до	после
Л.Е.	22	27	14	20	1	3	9,9	9,1
Р.Г.	21	25	14	16	0	1	8,6	8,5
С.О.	17	20	9	11	8	8	12	11,1
Б.С	15	20	8	13	0	2	9,4	9
А.А.	23	25	13	17	3	5	10,1	9
К.И.	16	20	14	17	3	5	10	9
С.В	20	27	10	14	0	1	10,9	9,7
Т.А.	10	16	11	16	3	3	11	10,8
К.А.	13	18	13	19	5	8	9	9,1
П.В.	17	22	14	18	2	5	10,7	9,6
Среднее значение	17,40	22	12	16,10	2,50	4,10	10,16	9,49

Для выявления достоверности полученных данных, нами был использован метод математической обработки статистических данных, в частности, использовался t-критерий Стьюдента.

В таблице 3 мы сравнили статистические данные экспериментальной группы до и после педагогического эксперимента. Мы получили достоверный результат: приседания ($P < 0,05$) и поднимание туловища из положения лёжа на спине ($P < 0,01$). Остальные тесты: наклон вперёд из положения сидя и бег

челночный – оказались не достоверными. Что связано, по нашему времени, с недостаточным временем проведения педагогического эксперимента.

Таблица 3 – Статистические данные контрольных нормативов детей дошкольного возраста до и после эксперимента

	Приседания (30 с)		Поднимание туловища из положения лёжа на спине (30 с)		Наклон вперёд из положения сидя (см)		Бег челночный 3X10 (с)	
хср	17,40	22,00	12,00	16,10	2,50	4,10	10,16	9,49
Σ	4,22	3,57	1,95	2,92	2,60	2,27	1,10	0,84
m	1,41	1,19	0,65	0,97	0,87	0,76	0,37	0,28
T	2,496		3,502		1,391		1,446	
P	P < 0,05		P < 0,01		Не дост.		Не дост.	

Таблица 4 – Результаты наблюдения за поведением детей на занятиях по физической культуре в контрольной и экспериментальной группах до эксперимента (октябрь 2021)

Название блока	экспериментальная группа (%)	контрольная группа (%)
Интерес к занятию	64 %	66 %
Агрессия	24 %	19 %
Контактность со сверстниками	77 %	87 %
Контактность с педагогом	70 %	79 %
Дисциплинированность	65 %	62 %
Правильность выполнения упражнения	54 %	57 %

Таблица 5– Результаты наблюдения за поведением детей на занятиях по физической культуре в контрольной и экспериментальной группах после эксперимента (март 2022)

Название блока	экспериментальная группа (%)	контрольная группа (%)
Интерес к занятию	98 %	58%
Агрессия	1 %	20 %
Контактность со сверстниками	91 %	88 %
Контактность с педагогом	99 %	75 %
Дисциплинированность	97%	60 %
Правильность выполнения упражнения	93 %	64 %

Обработав полученные результаты до и после эксперимента в контрольной и экспериментальной группах, мы пришли к следующим выводам:

В контрольной группе интерес к занятию снизился на 8%, а в экспериментальной увеличился на 34%.

Агрессия детей в экспериментальной группе снизилась на 9 %, в контрольной на 1%.

Контактность со сверстниками в контрольной группе увеличилась на 1%, а в экспериментальной на 14%.

Контактность с педагогом в контрольной группе снизилась на 4%, а в экспериментальной группе увеличилась на 29 %.

Дисциплинированность в контрольной группе снизилась на 2%, в экспериментальной увеличилась на 32%.

Правильность выполнения упражнений в экспериментальной группе увеличилось на 39%, а в контрольной группе на 7%.

Таким образом можно сделать вывод, что в результате проведения педагогического эксперимента в экспериментальной группе интерес к занятию увеличился на 34%, а в контрольной снизился на 8%. Агрессия детей в экспериментальной группе снизилась на 9 %, в контрольной на 1%.

При сравнении статистических данных в контрольных тестах детей экспериментальной группы до и после педагогического эксперимента мы получили достоверный результат в двух упражнениях «приседания» ($P < 0,05$) и «поднимание туловища из положения лёжа на спине» ($P < 0,01$). Остальные тесты: наклон вперёд из положения сидя и челночный бег – оказались не достоверными, но с положительной динамикой. Полученные данные говорят о результативность применения средств из борьбы самбо на занятиях по физической культуре для профилактики агрессивного поведения старших дошкольников.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Анализ научно-методической литературы показал большую значимость о необходимости профилактики агрессивного поведения у детей дошкольного возраста. Агрессия – поведение, направленное на причинение вреда объектам, которые могут быть биологическими или неодушевленными. Агрессивное поведение может быть формой реакции на физический и психический дискомфорт, стресс и фрустрацию. Она также может использоваться как средство достижения важных целей, включая повышение своего статуса путем самоутверждения.

Агрессия детей старшего дошкольного возраста является актуальной для многих родителей и активно исследуется детскими психологами. Агрессия и агрессивное поведение закрепляются в ходе развития, воспитания ребенка, и их формирование зависит как от окружения, так и от него самого. Агрессивное поведение старших дошкольников требует своевременной профилактики, а именно планомерного и подконтрольного формирования доверительных и доброжелательных отношений. Семейное воспитание в старшем дошкольном возрасте создает ряд предпосылок для появления, развития и закрепления агрессивности как черты личности, что обуславливает реальную необходимость в диагностике и коррекции.

Физическая культура и спорт представляет интерес как фактор, влияющий на проявление агрессии у детей. Так как он дает возможность выразить агрессивные чувства, не причиняя большого вреда. Однако существует недостаток исследований о влиянии физической культуры и спорта на уровень агрессии у детей. В то же время анализ этого вопроса показывает их высокую эффективность в качестве альтернативы различным деструктивным формам поведения детей. Физкультурно-спортивная деятельность является не только средством укрепления физического здоровья детей, но и осуществляет профилактику проявления агрессивного поведения.

Использование элементов самбо на занятиях по физической культуре – это не только обучение боевому искусству или система контратаки против безоружного противника, но и система воспитания, способствующая формированию морально-волевых качеств, патриотизма и гражданственности будущих поколений. Основной упор при занятиях физической культурой с включение элементов самбо делается в первую очередь на ловкости, гибкости и координации движений, физической силы и выносливости, так как эти качества нуждаются в постановке и проработке в первую очередь. Но также на занятиях обращают внимание на развитие таких качеств, как самодисциплина, ответственность за себя и других, выработка логического мышления и чувств команды, когда общий результат не менее важен, чем личный результат каждого.

Нами были внедрены в занятия по физической культуре в детском саду упражнения из борьбы самбо для снижения агрессивного поведения у детей старшего дошкольного возраста, а также применялись различные подвижные игры.

В результате проведения педагогического эксперимента в экспериментальной группе интерес к занятию увеличился на 34%, а в контрольной снизился на 8%. Агрессия детей в экспериментальной группе снизилась на 9 %, в контрольной на 1%. При сравнении статистических данных в контрольных тестах детей экспериментальной группы до и после педагогического эксперимента мы получили достоверный результат в двух упражнениях «приседания» ($P < 0,05$) и «поднимание туловища из положения лёжа на спине» ($P < 0,01$). Остальные тесты: наклон вперёд из положения сидя и челночный бег – оказались не достоверными, но с положительной динамикой. Полученные данные говорят о результативность применения средств из борьбы самбо на занятиях по физической культуре для профилактики агрессивного поведения старших дошкольников.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Алешкин Н.И. Влияние мультипликационных фильмов агрессивного содержания на поведение детей дошкольного возраста // Материалы 6 ежегодный всерос. науч.-практ. конф. «Психология в школе: практический психолог профессия нового века». СПб., 2001г.
2. Байер Е.А. Коррекция психологических и физических отклонений у детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и их успешная адаптация средствами физической культуры // Физическая культура, спорт – наука и практика. 2008. № 2 (59). С. 8.
3. Берковиц Л. Агрессия: причины, последствия и контроль. СПб.: Питер, 2017. 512 с.
4. Бэрн Р. Агрессия. СПб: Питер, 2016. 352 с.
5. Ватова Л. Как снизить агрессивность детей. Дошкольное воспитание. 2003. № 6. С. 55-58.
6. Выготский Л.С. Вопросы детской психологии. М.: Юрайт, 2016. 201 с.
7. Горохов С.А. Феномен агрессии в понимании К. Лоренца и З. Фрейда: сравнительный анализ // Социально-гуманитарные знания. 2020. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fenomen-agressii-v-ponimanii-k-lorentsa-i-z-freyda-sravnitelnyu-analiz> (дата обращения: 11.06.2022).
8. Долгова В.И. Проявление агрессивности младших школьников // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. С. 239-243. URL: <https://e-koncept.ru/2016/76341.htm> (дата обращения: 02.10.2019).
9. Елисеев С.В., Селуянов В.Н., Табаков С.Е. Спортивно педагогическая адаптология борьбы самбо. М., 2003г.
10. Кабачков В.А. Влияние занятий различными видами спорта на психическую устойчивость и физическую подготовленность подростков с асоциальным поведением // Теория и практика физической культуры. 2003. № 10, С. 60-63

11. Каневкая Ж.О., Кириллова Л.С. Подростковая агрессия как социально-психологическая проблема современности / Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения. 2015. № 42. С. 7-11.

12. Качашкин В. М. Методика физического воспитания / В.М. Качашкин. М.: Просвещение, 2016. 304 с.

13. Кириенко А.А. Индивидуально-личностные особенности агрессивности подростков различных типов направленности личности: дис. кан. пед. наук. М., 2015. 198 с.

14. Краев Ю.В. Влияние особенностей вида спорта на проявления агрессии и агрессивности у спортсменов : диссертация ... кандидата психологических наук : 19.00.13. - Санкт-Петербург, 1999. - 141 с.

15. Ласкин А.А. Причины детской агрессии и особенности семейного воспитания // Вестник Московского государственного университета культуры и искусств. 2014. № 6. с. 119-124.

16. Лоренц К. Агрессия. М.: Просвещение, 2016. 278 с.

17. Максимович В.А. Лекции: Особенности учебно-спортивной работы с юными борцами. Гродно: Изд-во ГГУ им. Янки Купалы. 2006г. 16 с.

18. Мелехина Н. А. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ / Н.А. Мелехина, Л.А. Колмыкова. М.: Детство-Пресс, 2012. 112 с.

19. Миргалимова Л.М., Веревкин И.А. Основные причины подростковой агрессии / Сборник научных трудов Sworld. 2013. № 1. С. 99-102.

20. Немов Р.С. Общая психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. 4-е изд. М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2003. Кн. 1: Общие основы психологии. 688 с.

21. Ольховская Е.Б. Возможности физкультурно-спортивной деятельности в оптимизации психического и социального здоровья школьников» // Nauka-rastudent.ru. 2015. №. 1 (13) С.34

22. Осипов Ф.М. Влияние игры на агрессивное поведение младших школьников // Труды международного симпозиума надежность и качество. 2018. Том 1. С. 314-315.

23. Паренс Г. Агрессия наших детей. М.: Форум, 2017. 160 с.

24. Пашина Л.А. Психоаналитическая интерпретация феномена социальной агрессивности // Вестник Челябинского государственного университета. 2014. №25. С. 72-77.

25. Платонов Ю.П. Психология конфликтного поведения. СПб.: Речь, 2019. 544 с.

26. Платонова Н.М. Агрессия у детей и младших школьников. СПб.: Речь, 2016. 336 с.

27. Поляев Б.А. Система координации движений у юных спортсменов единоборцев: возрастные особенности, способы коррекции / Б.А. Поляев, Р.А. Лайшев, А.В. Тарабыкин, С.А. Парастаев // Медико-биологические проблемы спорта. М., 1998. С. 151-159.

28. Реан А.А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика / А.А. Реан, А.Р. Кудашев, А.А. Баранов. Спб: ПРАЙМЕВРОЗНАК, 2006. 479 с.

29. Реан А.А. Психология личности. СПб.: Питер, 2013. 288 с.: ил. (Серия «Мастера психологии»).

30. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. М.: Издательство Юрайт, 2011. 412 с.

31. Румянцева Т. Г. Агрессия: проблемы и поиски в западной философии и науке. М., 1991 г.

32. Сапегина Т. А. Возможности физической культуры в снижении уровня агрессии студентов // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2017. Т. 31. С. 361-365.

33. Сапегина Т.А., Ольховская Е.Б. Предупреждение девиантного поведения студентов средствами физкультурно-спортивной деятельности //

Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2015. Т. 13. С. 2316-2320.

34. Слободчиков В.И. Психология человека. М.: Школа-Пресс, 2017. 384 с.

35. Тарасова Е.В. Специфика проявлений агрессивности ребенка при различных типах детско-родительских отношений: автореф. дис. ... кан. псих. наук. М., 2008. 24 с.

36. Туманян Г.С. Школа мастерства борцов, дзюдоистов и самбистов: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2006. 592 с.

37. Фалибеда Т. Работа с агрессивными детьми в начальной школе // Психологическое здоровье и психологическая культура в современном российском образовании. 2013. С. 214-219.

38. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. М.: Республика, 2018. 447 с.

39. Фурманов И.А. Агрессия и насилие: диагностика, профилактика и коррекция. СПб.: Речь, 2007. 479 с.

40. Хо-шу-де В.А. Динамика мотивации спортсменов-каратистов // Человек как предмет познания. Материалы студенческой конференции / Ин-т биологии и психологии человека. –СПб., 2001.

41. Хухлаева О.В. Психология развития: молодежь, зрелость, старость: учеб. пособие для студ. высш. Учеб, заведений. М.: Издательский центр «Академи», 2002. 208 с.

42. Цандыков В.Э. Дополнение к классификации спортивных и национальных видов борьбы // Подготовка единоборцев: теория, методика и практика: Сб. материалов Всероссийской научно-практической конференции. Чайковский: Чайковский гос. Институт физической культуры, 2012 г. С.96-100.

43. Чанышева М.Т. Коррекция агрессивного поведения младших школьников средствами ИКТ // Информационно-коммуникационные технологии в педагогическом образовании. 2016. № 4 (42). С. 103-104.

44. Чижова С.Ю. Детская агрессивность / С.Ю. Чижова, О.В. Калинина. Ярославль: Академия развития, 2012. 160 с.
45. Шалагинова К.С. Эффективные технологии в работе с агрессивными младшими школьниками // Современные проблемы науки и образования. 2011. №5. С. 143-150.
46. Шашкин Н.Г., Петрова Т.Н., Пьянзина Н.Н. Внедрение самбо в процесс физического воспитания школьников // Современные проблемы науки и образования. 2016. № 6.; URL: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=25786> (дата обращения: 25.12.2020).
47. Шестаков В.Б. Теория и методика детско-юношеского дзюдо / В.Б. Шестаков, С.В. Ерегина. М.: Олма Медиа Групп, 2008. 216 с.
48. Шестаков В.Б., Ерегина С.В., Емельяненко Ф.В. Самбо наука побеждать. Теоретические и методические основы подготовки самбистов: учебное пособие. М.: ОЛМА Медиа Групп, 2012. 224 с
49. Широкова Г.А. Справочник дошкольного психолога. (3-е изд.) / Серия «Справочник». Ростов-н/Д: «Феникс», 2005. 384 с.
50. Якубенко О.В. Коррекция агрессивного и аутоагрессивного поведения младших школьников как условие их социализации в нестабильном мире // Человек и общество в нестабильном мире. 2016. С. 227-230.
51. Bandura A., Wulur R. Social learning and personality development. – N.Y., 1995. – 225 pp.
52. Захаров Е.Н., Карасев А.В., Сафонов А.А. Энциклопедия физической подготовки (Методические основы развития физических качеств). Под общей ред. А.В. Карасева. – М.: Лептос, 2004. – 308 с.
53. Туманян Г.С. Спортивная борьба: теория, методика. В 4-х книгах. Книга 1-я. – М.: Физкультура и спорт, 2002. – 188 с.