**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ДОПОЛНИТЕЛНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«ЮНОСТЬ»**

Выступление на районном методическом объединении педагогов дополнительного образования:

«Духовно-нравственное воспитание личности средствами дополнительного образования»

Доклад на тему : «Нравственное воспитание через занятия каратэ»

Подготовила : Семенова Ольга Васильевна

педагог дополнительного образования

г. Амурск

**Нравственное воспитание через занятия каратэ**

В последнее время все большей популярностью среди других видов спорта  пользуются секции восточных единоборств, в которых занимаются не только взрослые, но и дети.

Обучение каратэ - педагогический процесс, направленный на овладение знаниями, умениями и навыками, на физическое, умственное и нравственное совершенствование учеников

В процессе регулярных занятий карате неуверенный и стеснительный ребёнок становится более уверенными в себе и своих силах, целеустремлёнными, владеющими базовыми навыками самоконтроля.

Занятия этим видом борьбы в течение продолжительного периода времени являются отличной иллюстрацией для детей, демонстрирующей, как можно добиться успеха, если подходить к этому последовательно и добросовестно. В результате  регулярных тренировок  ребёнок многократно убеждается в существовании тесной связи между упорным трудом и результатом.

Этот вид восточной борьбы способствуют развитию умения концентрировать внимание, что является  чрезвычайно полезным и необходимым навыком для современных детей. Ведь зачастую им трудно сосредоточиться даже на уроках в школе, выполняя задания преподавателя. Помимо этого тренировки  отлично способствует улучшению  детской памяти, учат избегать стереотипов в мышлении.

Воспитание нравственности у занимающихся каратэ является значительной частью общепедагогической задачи по формированию гармонично развитой, общественно активной личности. В учебно-тренировочном процессе находит свое отражение воспитание у каратистов таких социально значимых нравственных норм, как патриотизм, товарищество, гуманизм, дисциплинированность, честность, смелость, сознательное отношение к труду, критическое отношение к себе и стремление к самосовершенствованию. Спортивная этика включает в себя соблюдение спортсменом правил соревнований и норм нравственности по отношению к тренировкам и соревнованиям, к себе и людям, обеспечивающим занятия каратэ. Занятия каратэ способствуют вовлечению подростков в активную деятельность по самосовершенствованию, являются частью общего воспитания личности, развивают у подростков способности, которые характеризуют человека смелого и решительного. Кодекс чести «идущего по Пути» не позволит подростку совершать антиобщественные поступки. Формирование личности учеников во многом зависит от преподавателя, обязательными деловыми качествами которого должны быть: понимание идейных основ воспитания в нашей стране, знание своего дела, умение обучать движениям и воспитывать физические качества, умение организовывать коллектив занимающихся и находить важный подход к ученикам, умение наблюдать и учитывать результаты учебно-воспитательного процесса, уметь воспитывать своим примером, быть нравственно воспитанным. Педагог должен становиться для учеников одним из основных духовных наставников, формировать образ их мыслей и поведения, оказывать существенное влияние на весь процесс их становления как личности. Среди методов и приемов, направленных на решение задач нравственного самовоспитания и воспитания волевых качеств каратистов, применяются такие общепризнанные воздействия, как самонаблюдение, самоанализ, самоконтроль, самоубеждение, самооценка, самовнушение, самопринуждение, самоуспокоение с помощью аутотренинга. С целью саморегуляции эмоционального состояния используются также дыхательные упражнения, применяемые в разном ритме, методы концентрации и медитации.

Боевые искусства помогают обрести внутренний стержень, уверенность в себе в хорошем смысле этого слова. Ощущение силы своего тела добавляет уверенности в себе и позволяет избежать различных комплексов неполноценности и психологической нестабильности, характерных для переходного возраста. Обретаемая внутренняя гармония не позволит прикасаться к ее «заменителям» – спиртному, сигаретам, наркотикам, дает силы противостоять негативному влиянию сверстников, более старших школьников, рекламы, лживых лозунгов. Несмотря на хорошую физическую подготовку, дети учатся решать конфликтные ситуации без кулаков и угроз, за счет внутренней уверенности в себе, умению смотреть в глаза своему сопернику без страха и злости. Духовное и физическое развитие позволяет быть по-настоящему добрым и великодушным, но в то же время принципиальным.

Занятия в группе карате способствуют умению строить отношения с детьми другого возраста, пола, из другой социальной группы, учат помогать более слабым или неопытным.

Основной целью обучения каратэ является подготовка спортсмена, имеющего высокие спортивные достижения и моральные качества, готового к защите себя, своих близких и своей Родины.