

УДК 796.89

Герасимов П.О.

студент

2 курс

***Волжский политехнический институт (филиал) Волгоградского
государственного технического университета***

Россия, г. Волжский

Егорычева Е.В.

старший преподаватель

***Волжский политехнический институт (филиал) Волгоградского
государственного технического университета***

Россия, г. Волжский

**ГРЕКО-РИМСКАЯ БОРЬБА И ЕЕ ВЛИЯНИЕ НА РАЗВИТИЕ
ЛИЧНОГО ПОТЕНЦИАЛА И ФОРМИРОВАНИЕ САМОСОЗНАНИЯ
И САМООЦЕНКИ ЗАНИМАЮЩИХСЯ**

Аннотация: в данной статье говорится о полезности спорта и греко-римской борьбы, в частности. Описана история возникновения греко-римской борьбы, внедрение в культуру, а также ее влияние как на людей древности, так и на современников. Отдельное внимание уделено влиянию борьбы на характер и поведение детей и подростков, как положительные аспекты, так и отрицательные.

Ключевые слова: спорт; греко-римская борьба; Олимпийские игры; физическая подготовка; спортивная борьба; самооценка.

Gerasimov P.O.

student

2 courses

***Volzhsky Polytechnical institute (branch) Volgograd State Technical
University***

Russia, Volzhsky

Egorycheva E.V.

senior teacher

Volzhsky Polytechnical institute (branch) Volgograd State Technical

University

Russia, Volzhsky

**GRECO-ROMAN STRUGGLE AND ITS IMPACT ON DEVELOPMENT
OF PERSONAL POTENTIAL AND FORMATION OF SELF-
AWARENESS AND SELF-ASSESSMENT OF THOSE ENGAGED**

Annotation: in this article speaks about usefulness of sports and Greco-Roman wrestling, in particular. History of occurrence of Greco-Roman wrestling, introduction into culture, as well as its influence on people of antiquity and on contemporaries is described. Special attention is paid to the impact of the struggle on the character and behavior of children and adolescents, both positive and negative.

Keyword: sport; Greco-Roman wrestling; Olympic Games; physical training; wrestling; self-assessment.

Первые упоминания о данном виде спорта датируются 704 г. до н.э., когда он был включен в программу Олимпийских игр. Для людей древности это был не просто вид спорта, это была часть их жизни, не просто способ самореализации, но также и возможность банально выжить в тяжелых условиях древности. Во времена древней Римской империи все римские граждане мужского пола в возрасте от 17 до 46 лет были военнообязанными. Большинство солдат набиралось в легионы в возрасте от 17 до 23 лет. И можно себе представить каково было тем семнадцатилетним юношам, не имеющим навыков самозащиты, которых призвали на службу в легион. В те далекие времена и сломанный нос во время драки мог стать смертельным приговором (с тем уровнем медицины подобные случаи были не редкостью). Поэтому юношам тех лет было

жизненно необходимо уметь постоять за себя. Такую возможность давала греко-римская борьба. Тем самым, можно сказать, что человек, подготовленный физически, был морально стойким, зная, что он в час нужды сможет дать отпор тому, кто желает нанести ему вред.

Как было уже сказано, данный вид спорта включался в программу Олимпийских игр и занимал там далеко не самую низкую ступень. В те времена люди со всей Греции (и не только) стекались в Олимпию, чтобы посмотреть, как лучшие борцы соревнуются друг с другом. Борьба входила в классическое пятиборье – пентатлон: бег, метание копья, метание диска, прыжки и борьба. Знаменитый греческий атлет Тесеус был учредителем первых правил: побеждал тот борец, кто бросит противника на землю три раза. Также, древние греки уделяли большую роль подготовке борцов. Многие выдающиеся мужи Древней Греции были борцами и участниками Олимпийских игр – Милон Кротонский (шестикратный чемпион Олимпийских игр), Пифагор, Платон, Пиндар, Алкинад. Римляне переняли у греков увлечение борьбой. У них борьба демонстрировалась в сочетании с кулачным боем, а в гладиаторских боях – с вооруженным боем, победители этих сражений становились народными кумирами. Но в конце IV века начался спад популярности, как гладиаторских боев, так и борьбы из-за чего большая часть гладиаторских школ закрылась.

Возвращается греко-римская борьба, как вид спорта в Европу только в конце XVIII начале XIX века. Но в этот раз местом развития становится Франция. Там и были созданы современные правила игры: в греко-римской борьбе захваты проводятся только руками, без участия ног; побеждает в схватке тот, кому удастся положить противника на обе лопатки на ковер, или же к победе приводит преимущество одного из соперников в 10 баллов. Но в отличие от древних Греков или Римлян, народ Франции относился к борьбе не как к способу выживания, а скорее как развлечению, хоть и профессиональному: народные силачи выступали

в бродячих цирках, местах гуляний и увеселений. Со временем французская борьба получает международное признание и большую популярность во всем мире.

Спортивная борьба, как греко-римская, так и любая другая подразумевает собой бой двух человек без оружия, использующих определенные разрешенные приемы. В спортивной борьбе ударная техника запрещена, поэтому можно уверенно говорить о том, что этот вид спорта оказывает больше положительное влияние на здоровье человека, чем отрицательное. Подготовка борца является очень важным элементом в любом виде спорта, но в борьбе это является ключом к победе. Поэтому проведение тренировок, с последующим участием в спортивных соревнованиях, является основой всех основ. Также нельзя забывать, что постоянные тренировки очень хорошо влияют на организм человека, укрепляя здоровье и иммунитет, особенно это можно заметить на примере подростков, так как дети, занимающиеся подобными видами спорта, имеют на порядок меньше проблем со здоровьем в будущем. Систематические занятия спортивной борьбой положительно воздействуют на растущий организм, это проявляется в целом ряде изменений в положительную сторону в отношении, как его строения, так и функционирования всех органов и систем. Но не стоит забывать и о том, что спортивная борьба влияет и на нравственную сторону развития молодого спортсмена. Благодаря ей происходит развитие положительных качеств в характере человека, таких как: настойчивость, упорство, смелость, дисциплинированность, воля к победе. Можно также сказать, что некоторые подростки занимаются борьбой, так как ищут способ проявить себя, а также способ побороться за победу. Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что спортивная борьба, или другой вид спорта, крайне полезен для людей всех возрастов, в частности детей и подростков, из-за пользы приносящей организму и разуму в целом.

В современном мире иногда встречается мнение, что люди, занимающиеся спортом, в частности борьбой, являются гордецами и в целом ведут себя неподобающе. На самом же деле, в большинстве случаев, это не так. Основная масса людей занимающихся спортом крайне дисциплинирована и не позволяет себе непристойных выходок. Конечно, в основном, уровень самооценки спортсменов выше, чем у людей, не занимающихся спортом, но это показатель того, что люди постоянно работают над собой. В большинстве своем авторами научных работ отмечается огромное влияние спорта на процесс формирования культурной личности.

Говоря о самооценке, необходимо упомянуть о самом значении этого слова. Самооценка – это анализ и сравнение собственных особенностей, достижений и возможностей. Поэтому самооценка не сводима к самопознанию. Самопознание скорее один из факторов зарождения самооценки, однако, отнюдь не маловажный. Регулятивная функция самооценки во многом зависит от феномена психологической защиты личности. Для того чтобы иметь душевный комфорт и уважать себя как личность, человек ставит перед собой цели определенной трудности, то есть имеет определенный уровень притязаний. Нужно также понимать, что самооценка – это не только восхваление собственных заслуг и личностных качеств, но и выявление проблем, поэтому основным методом воспитания характера является оценка своих неудач и работа над ошибками. В конце концов, образуется личность, которая способна адекватно и беспристрастно оценивать себя со стороны.

Спортивная деятельность понимается как многосторонний процесс активности человека, в котором, наряду с физическими, развиваются и совершенствуются психические свойства личности. Благодаря частым тренировкам, в человеке воспитывается дисциплинированность, которая помогает как телу, так и духу. Но всегда ли занятия спортом в раннем

детстве положительно влияют на характер ребенка? На данный момент научно засвидетельствовано то, что ранняя профессионализация в спорте, оказывает на детей, как положительные эффекты, так и отрицательные. Как пишет Горская Г.Б. в своей научной работе: «Для исследований ранней профессионализации характерно то, что в них констатируется факт смещения нормативных фаз профессионального развития на более ранние возрастные периоды, а также неизбежность влияния этого смещения на психическое развитие детей, вовлеченных в нее, констатируется и противоречивость влияния ранней профессионализации на психическое развитие» [1]. Тем самым Горская Г.Б. хочет сказать, что ребенок, начавший заниматься спортом с ранних лет и поставивший перед собой цель в профессионализации этого дела, начинает свое взросление и формирование собственного характера с более раннего возраста. Проводя исследования, на основе соотношения интеллектуального и личностного развития на протяжении детства, Д.Б. Элькольнин выявил, что: «в детском развитии имеют место, с одной стороны, периоды, в которые происходит преимущественное освоение задач, мотивов и норм отношений между людьми и на этой основе – развитие мотивационно-потребностной сферы, с другой стороны, периоды, в которые происходит преимущественное освоение способов действий с предметами и на этой основе – формирование интеллектуально-познавательных сил детей, их операционно-технических возможностей» [1]. Следовательно, можно сказать, что если воздействие на ребенка, методом включения его в какую-либо деятельность, способствует развитию основного для определенного возрастного периода направления психического развития, то и влияние на характер ребенка будет положительным. Но при этом вовлечение его в вид деятельности, нарушающий нормальное развертывание процессов, связанных с основным направлением психического развития, повлечет за собой негативные последствия. С учетом того, что в процессе занятий

спортом, в частности борьбой, ребенок испытывает постоянный стресс, очень важно правильно подобрать нужный подход и понять, как данная деятельность влияет на его сознание. Но при этом нельзя не заметить, что юные спортсмены опережают своих сверстников по сформированности постигающего анализа, поискового планирования, внутреннего плана действия, содержательной рефлексии. Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что главными факторами являются: правильно подобранный период жизни, когда занятия спортом помогают человеку сформировать характер; вид деятельности, который поможет определиться человеку с путем в жизни. Также хотелось бы отметить то, что немаловажным фактором является целеустремленность человека, так как без видимости цели успеха добиться очень трудно.

Использованные источники:

1. Горская Г.Б. Прогнозирование психологических эффектов ранней профессионализации детей в спорте: теоретические основания // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2009. – № 1. – С. 3-7.
2. Дворкин Л.С., Загитов А.Н., Зарко В.В., Никонова Р.А. Модель мотивационно-ценностных ориентаций формирования интереса у школьников к занятиям борьбой // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2010. – № 3. – С. 19-23.
3. Мишин А.В. Подготовка спортсменов в греко-римской борьбе на основе выполнения приемов с оптимальными соревновательными характеристиками // Вестник спортивной науки. – 2007. – № 1. – С. 52-53.
4. Томан И.Б. Олимпийское спокойствие: миф или реальность? (Олимпийские игры в древней Элладе) // Современные проблемы сервиса и туризма. – 2008. – № 3. – С. 7-9.

5. Ульябаева Г.Ш., Шакирова Д.М. Самооценка – что это такое: понятие, структура, виды и уровни. Коррекция самооценки // Скиф. Вопросы студенческой науки. – 2019. – № 5-1 (33). – С. 389-392.