

Синтез психологии в единоборствах и психологические игры в Джиу-джитсу

Психология или наука о душе в современном мире наряду с формами физической активности, заняла заслуженное место.

Физические активности, к которым относятся и Боевые Искусства, не наполненные внутренним смыслом, теряют свое предназначение.

Это предназначение Синтез, целостное развитие сложного по своему составу существа, человека, представляющего собой комплекс психофизических качеств.

В Древней Греции и Элладе, откуда происходят корни всей современной цивилизации, занятия спортом подразумевали мусическое воспитание.

Мусическое означает целостное и разностороннее.

В наши дни в сфере развития спортивных Единоборств, существует проблема вынужденной работы тренера на поток.

Тренер заинтересован в максимальной посещаемости, но ребята которым нужно чуть больше внимания, часто его недополучают.

Недополучая должного внимания в той или иной секции или видя только физическую сторону тренировок, отсутствие философии, у людей формируется негативный образ.

После этого, мы получаем поколение разочарованных нигилистов, которые не видят перспектив в своём развитии.

Девиз Японского Искусства Рукопашного Боя Дзю-Дзюцу, "мягкость и гибкость, одолеют силу и зло".

Он происходит из цитаты Китайского мудреца Лао Цзы, жившего в 5 веке д.н.э.: "мягкое и податливое, побеждает твердое и крепкое".

Джиу-джитсу называют колыбелью всех Боевых Искусств и это действительно так из-за его способности к адаптации, умения развиваться.

Каким должен быть современный тренер Боевых Искусств? Помимо силы и физических качеств, у него или неё должен быть гибкий, живой ум.

Развитая эрудиция такого специалиста, должна позволять учить не просто примером, но намёком.

Понимая намёки и аллегории, у учеников будет развиваться логическое, образное мышление.

В Древней Греции Поединки по Единоборствам, сопровождались логическими дебатами по философии Агон.

В Японии среди самураев помимо Джиу-джитсу, были развиты психологические игры по разгадке логических парадоксов и задачек Коанов.

В Современной практике Джиу-джитсу, используя этот целостный метод Синтез, ученик должен уметь не просто сделать технику.

Например, моделируется определённая ситуация, а ученик должен уметь логически объяснить выполнение приёма и правильно подобрать соответствующую технику в зависимости от ситуации.

Далее, может быть показано начало той или иной техники, а учащийся спортсмен должен придумать и логически обосновать её продолжение.

Применение психологических игр в Джиу-джитсу, как показывает практика, за более короткий срок времени позволяет добиться очень серьёзных результатов учеников.

Также, повышается вовлеченность аудитории и понижается негативный эффект от рутинной отработки одних и тех же техник.

В целом, посещающие занятия, становятся более заинтересованными в самом процессе обучения.

Сам по себе метод Синтеза, может успешно применяться и в других направлениях Единоборств, а не только Джиу-джитсу.

Это способ сделать занятия Боксом, Каратэ и другими Единоборствами, интересной и увлекательной интеллектуальной игрой, облегчив и разнообразив тренировочный процесс.

Боевые Искусства как таковые, независимо от своего национального происхождения, охватывают такие стороны человека и цивилизации, как:

Культура, история, психология, философия, юриспруденция, спорт и физическая культура.

Современный интуитивный метод преподавания вечных истин в доступной игровой форме, позволит тренеру не только разнообразить процесс, но и увеличить охват аудитории.

Президент АНО Международный Центр Исследований и Развития Боевых Искусств Синтез имени Юрия Ляшенко, Ярослав Юрьевич Ляшенко, Чёрный Пояс 8 Дан по Джиу-джитсу, Шеф-Инструктор Школы Современного Джиу-джитсу Синтез