

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФГБОУ ВПО «ВОЛОГОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИ-
ВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

УТВЕРЖДАЮ



"20" сентября 2011 г.

Рабочая программа дисциплины
ФИЛОСОФСКИЕ ОСНОВЫ БОЕВЫХ ИСКУССТВ

Специальность
050720 Физическая культура

Форма обучения

Заочная

Вологда
2011

Программа составлена в соответствии с требованиями ГОС ВПО по специальности 050720 Физическая культура от 31.01.2005

Автор (ы) к.ф.н., доц. Сеницына Т.И.

Программа одобрена на заседании методической комиссии факультета физической культуры
протокол № 1 от 20 сентября 2011 года.

Изменения рабочей программы дисциплины «Философские основы боевых искусств», утвержденные методической комиссией факультета физической культуры

№	№ протокола и дата заседания кафедры	Содержание изменения	Подпись зав. кафедрой
	08 сентября, протокол № 1	Основная и дополнительная лит-ра	

Пояснительная записка

Человек издревле пытался понять самого себя. Попытки познания осуществлялись через различные деяния. Особое значение имеет боевая традиция. Воинские искусства предстают как единство физического и духовного совершенства, медико-оздоровительной практики, как особый образ жизни. Развивая воинские искусства, мастера разработали различные способы воздействия на различные участки человеческого тела. Эффект действия связан с биологически активными центрами человеческого организма. Искусство концентрации, мобилизации воли и жизненной энергии, разработанное в русле боевой традиции, является важнейшей основой становления культуры физического воспитания, способствует выработке психологической устойчивости, уверенности в собственных силах. Знание собственной культурной традиции, в том числе воинской, ее усвоение, способствует воспитанию любви к Отечеству, всестороннему развитию личности, ее культурной идентификации.

Курс способствует осознанию идеи защиты Отечества как священного долга, исследованию духовных основ русской боевой традиции, специфики отечественной культуры.

Главная **цель** преподавания курса – привлечь студентов к изучению достижений мировой физической культуры, в том числе воинской традиции, ее духовных основ.

Основные **задачи** преподавания курса:

- познакомить с этапами развития боевой традиции, достижениями и ценностными ориентациями разных ее школ;
- дать представление о боевых искусствах как единстве философии, образа жизни, физических действий и медико-оздоровительного аспекта;

В результате изучения курса философии студент **должен:**

Знать:

- исторические этапы развития боевой традиции;
- собственную культурную традицию, в том числе воинскую, ее духовные основы.

Уметь:– ориентироваться в многообразии представлений о традициях боевой культуры;

- описывать особенности развития различных боевых традиций;
- анализировать ценностные ориентации боевых искусств;

Владеть:

- приемами культурной идентификации в сложном многоконфессиональном мире;
- толерантным отношением к представителям иных культур.

Объем дисциплины по выбору и виды учебной работы.

№	Курс	Семестр	Виды учебной работы в часах						Вид итогового контроля
			Трудоёмкость	Всего аудитор.	Лекции	Сем.	ЛБ	Сам. работа	
	4	8	45	12	12			33	зачет

Тематический план дисциплины по выбору

п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Аудитор. Занятия и формы					ТСО	Связь с др.
			все-го	Лек-ции	Се-ми.	Сам.раб	За-чет		
	Боевые искусства как культурная традиция			2		5			Философия, культурология
	Восток и Запад: своеобразие культурной традиции							Видео	История физической культуры. Философия
	Классический буддизм, основные принципы, идеи			2		5			Философия
	Философия йоги.								Философия
	Специфика культуры Китая			2		5		Видео	Мировая художественная культура
	Философия у-шу, основные принципы, идеи.					5		Видео	Философия
	Специфика культурной традиции Японии.			2		5			Философия. Культурология.
	Специфика восточного мировоззрения					5			Философия
	Русский стиль как боевая и духовная традиция.			4		3		Видео	Философия.
	Итого по курсу	45	10	12		33	+		

Содержание разделов дисциплины по выбору

Тема 1. Боевые искусства как культурная традиция.

Истоки и эволюция боевых искусств. Общие тенденции боевой традиции. Классификация боевых искусств.

Основные понятия: будо, путь, образ жизни, боевые искусства.

Дополнительная литература:

1. Когалов, А. Капозйра – танец обороны/ А. Когалов //Спортивная жизнь России. – 2008. – № 6. – С. 4-5.
2. Миндашвили Д.Г. Вольная борьба: история, события, люди. – М.: Советский спорт, 2007.

3. Хлопецкий, Анатолий Петрович. От Святого Николая до Президента/ Анатолий Хлопецкий. – Калининград: Янтарный сказ. Кн. 2: Искания. – 2003.

Тема 2. Восток и Запад: своеобразие культурной традиции.

Специфика восточного мировоззрения. Понимание природы и человека. Роль личности. Понимание сознания.

Основные понятия: культура, традиция, прогресс, пустота, сердце, сознание, мировоззрение.

Дополнительная литература:

1. Боевые искусства в жизни известных людей/ СЕ. Моисеев //Философские науки. – 2003. – № 4. – С. 93 - 102.

2. Джун Ри: "Когда я правдив, мое сердце красиво"//Международная жизнь. – 2007. – № 7-8. – С. 159-160.

3. Хлопецкий, Анатолий Петрович. От Святого Николая до Президента/ Анатолий Хлопецкий. – Калининград: Янтарный сказ. Кн. 3: Сотворение. –2003.

Тема 3. Классический буддизм, основные принципы, идеи.

Возникновение буддизма. Этические принципы. Основные школы. Философия хинаяна. Философия махаяна.

Основные понятия: буддизм, хинаяна, махаяна, тантризм, ненасилие, путь золотой середины.

Дополнительная литература:

1. Атраш, И. А. Бон и буддизм - две социокультурные традиции Тибета. Путь к компромиссу/ И. А. Атраш //Вопросы философии. – 2009. – № 2. – С. 158-166.

2. Бернюкевич, Т. В. "Буддизм в сравнении с христианством" В. А. Кожевникова: апологетика христианства или опыт компаративного анализа?/ Т. В. Бернюкевич //Философские науки. – 2008. – № 8. – С. 146-156.

3. Васильев, В. А. Будда о добродетели/В. А. Васильев //Социально-гуманитарные знания. – 2008. – № 1. – С. 138-148.

4. Петренко, В. Ф. Медитация как форма непосредственного познания/ В. Ф. Петренко, В. В. Кучеренко //Вопросы философии. – 2008. – №8. – С. 83-101.

5. Трубникова, Н. Н. Человек и будда в сочинениях Какубана/ Н. Н. Трубникова //Человек.-2009. – № 2. – С. 62-77.

Тема 4. Философия йоги.

Понятие совершенствования тела и духа. Комплекс приемов и упражнений для достижения состояния духовного созерцания. Средства очищения ума.

Основные понятия: йога, асана, очищение тела, очищение ума.

Дополнительная литература:

1. Акробатическая подготовка в тренировочном процессе борцов вольного стиля/ Д. А. Завьялов, А. Н. Заремба //Теория и практика физической культуры. – 2011. – № 7. – С. 69-72.

2. Петренко, В. Ф. Медитация как форма непосредственного познания/ В. Ф. Петренко, В. В. Кучеренко //Вопросы философии. – 2008. – №8. – С. 83-101.

3. Хаупшев, М. Х. Развитие двигательной координации при ритмо-темповой организации тренировки в каратэ/ М. Х. Хаупшев, З. Н. Кануков //Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 8. – С. 73-75.

Тема 5. Специфика культуры Китая.

Книга перемен. Концепция «инь - ян». Чань - буддизм. Даосская философия. Принцип гибкости, его значение для боевых искусств. Конфуцианская философия.

Принципы ученичества, сыновней почтительности, взаимности, золотой середины.
Основные понятия: дао, инь, ян, добродетель, чань, правила, почтительность, взаимность, человеколюбие, ученичество.

Дополнительная литература:

1. Кузнецов, В.С. Китай буддийский/ В.С. Кузнецов //Азия и Африка сегодня. – 2009. – № 2. – С. 25-29.
2. Майданов, А. С. Проблемы контрастности и их решение в Чань-буддизме/ А. С. Майданов //Вопросы философии. – 2009. – № 4. – С. 126-138.
3. Ясенев, И. Мягкая сила, превратившаяся в олимпийского дракона. Спорт в Китае: от монастыря Шао Линь до триумфа в Пекине/ И. Ясенев //Спортивная жизнь России. – 2011. – № 2. – С. 31-33.

Тема 6. Философия у-шу, основные принципы, идеи.

История развития у-шу. Философские основы у-шу. Внутренние и внешние школы у-шу, их специфика.

Основные понятия: у-шу, звериные стили, внутреннее, внешнее, мировые фазы, недеяние, гармония.

Дополнительная литература:

1. Маслов, А. Непростое познание ушу/ А. Маслов //Спортивная жизнь России. – 2011. – № 3. – С. 31-32; № 5. – С. 31-32; № 6. – С. 33-34.
2. Маслов А.А. Танцующий феникс. Тайна внутренних школ ушу. –Ростов-на-Дону: Феникс, 2003.
3. Ясенев И. Мягкая сила, превратившаяся в олимпийского дракона. Спорт в Китае: от монастыря Шао Линь до триумфа в Пекине/ И. Ясенев //Спортивная жизнь России. – 2011. – № 2. – С. 31-33.

Тема 7. Специфика культурной традиции Японии.

Собственная традиция и культурные заимствования. Синтоизм. Дзэн -буддизм. Философские основы каратэ-до.

Основные понятия: синтоизм, ниндзюцу, дзэн, лаконизм, эстетизм, простота, мужество.

Дополнительная литература:

1. Вещиков, Ф. А. Организация многолетней подготовки спортсменов в Ашихара-каратэ/ Ф. А. Вещиков //Теория и практика физической культуры.-2011. – №3. – С. 18-20.
2. Олейников, А. Честный поединок: искусство боя/ А. Олейников //Первое сентября. Спорт в школе. – 2011. – № 8.С. – 44-46.
3. Буланов, Л. Ниндзя-таинственный человек/ Л. Буланов //Наука и религия. – 2008. – № 1. – С. 56-57.

Тема 8. Специфика восточного мировоззрения.

Специфика понимания природы в восточной философии. Специфика понимания сознания в восточной философии.

Специфика понимания человека в восточной философии.

Основные понятия: великое превращение, концепция пустоты, энергия ци, меридианы, родник.

Дополнительная литература:

1. Вандышев, В. И. Развитие координационных способностей на спортивно-оздоровительном и начальном этапах у юных самбистов на основе специализированных

игровых заданий/ В. И. Вандышев //Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 1. – С. 44-46.

2. Информационное пространство проблемы "борцовские игры в учебно-тренировочном процессе рукопашного боя среди студентов и военнослужащих"/ Ю. В. Авдеев [и др.] //Теория и практика физической культуры.-2008. – № 6. – С. 71-73.

3. Спортивное джиу-джитсу. Каноны мастерства/ С.А. Иванов-Катанский. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2005. – 286 с. Иванов-Катанский, С.А.

Тема 9. Русский стиль как боевая и духовная традиция.

Специфика русской духовной традиции. Человек в его взаимосвязи с миром. Русский стиль, основные принципы, духовные основы.

Основные понятия: всеединство, стойкость, мужество, патриотизм, космизм, славяно-горицкая борьба.

Дополнительная литература:

1. Вандышев, В. И. Развитие координационных способностей на спортивно-оздоровительном и начальном этапах у юных самбистов на основе специализированных игровых заданий/ В. И. Вандышев //Теория и практика физической культуры. – 2010. – № 1.С. – 44-46.

2. Гаткин, Е. Я. Самбо - система оздоровительная/ Е. Я. Гаткин //Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. – 2010. – № 2. – С. 45-49.

3. Рукопашный бой: сила и красота предков //Первое сентября. Спорт в школе. – 2006. – № 19. – С. 26, 28.

4. Тиновцкий, К. Плоды привитой ветви. И самый прекрасный из них - самбист Виталий Минаков/ К. Тиновцкий, И. Емельянова //Спортивная жизнь России. – 2010. – № 1. – С. 8-9.

5. Хлопецкий, Анатолий Петрович. От Святого Николая до Президента/ Анатолий Хлопецкий. – Калининград: Янтарный сказ. Кн. 1: Становление.-2003.

Фонд контрольных заданий.

Темы рефератов.

1. Боевое искусство как культурная традиция.
2. Восток и Запад: своеобразие боевой и духовной традиции.
3. Истоки и эволюция восточных единоборств.
4. Классификация боевых искусств.
5. Философия классического буддизма.
6. Философия хинаяна.
7. Философия махаяна.
8. Философия тантризма.
9. Философия йоги.
10. Специфика культуры Китая.
11. Даосская философия.
12. Конфуцианская философия.
13. Философские основы у-шу.
14. Внутренние и внешние школы у-шу.
15. Специфика чань-буддизма.
16. Специфика дзэн-буддизма.
17. Особенности культуры Японии.
18. Философские основы каратэ-до.
19. Специфика понимания природы в восточной традиции. Принцип «не-деяния».
20. Специфика восточного сознания.

21. Специфика понимания человека в восточной культуре.
22. Славяно-горицкая борьба, основные виды.
23. Становление боевой традиции на Руси.
24. Духовные основы русской боевой традиции.
25. Русский стиль (работы А.Кадочникова).

Примерные задания в тестовой форме.

Выберите один правильный ответ:

1. Боевое искусство – это ...

- а) специфическая традиция Японии
- б) специфическая традиция Бразилии
- в) специфическая традиция России
- г) общекультурная традиция

2. Айкидо – означает ...

- а) путь меча
- б) путь воина
- в) путь любви
- г) путь лука

3. В переводе с китайского «у-шу» - ...

- а) останови агрессию
- б) яростный кулак
- в) будь стойким
- г) принцип естественности

4. Духовной основой айкидо является ...

- а) даосская философия
- б) конфуцианская философия
- в) философия буддизма
- г) философия йоги

5. Принцип «у-вей» или «не-деяния» означает ...

- а) отказ от любых видов деятельности
- б) отказ от физического труда
- в) занятие только интеллектуальным трудом
- г) отказ от действий, разрушающих гармонию в мире природы

6. Основной принцип каратэ-до ...

- а) единство физической силы, техники и духа
- б) золотой середины

в) поступай по отношению к другим так, как ты хотел чтобы поступали по отношению к тебе

- г) делай благо

7. Идеалом в философии хиньяны является ...

- а) бодхисатва
- б) Бодхидхарма
- в) Сиддхартха
- г) архат

8. Идеал в философии махаяны - ...

- а) бодхисатва
- б) Бодхидхарма
- в) Сиддхартха
- г) архат

9. «Чань» в переводе с китайского ...

- а) медитация
- б) закон
- в) путь
- г) красота

10. Принцип человеколюбия – основополагающий принцип ...

- а) хинаяны
- б) махаяны
- в) конфуцианской философии
- г) йоги

11. Путь жизни, который ведет свободных от предвзятых мыслей людей, посвятивших себя изучению безоружного единства, к самосовершенствованию и постижению бесконечного – это ...

- а) кюдо
- б) кендо
- в) нин-дзюцу
- г) каратэ-до

Выберите все правильные ответы:

12. Боевое искусство – это

- а) образ жизни
- б) путь физического самосовершенствования
- в) путь духовного самосовершенствования
- г) религиозные объединения

13. Восточной культуре присущи такие черты, как ...

- а) традиционность
- б) умение извлекать уроки из своей истории
- в) историю творит воля людей
- г) признание высшего (природного) закона, которому подчиняется и природа, история, жизнь каждого человека

14. Значение «до» – ...

- а) закон мироздания
- б) путь самосовершенствования
- в) мир человека
- г) мир природы

15. Установите соответствие между авторами и их произведениями:

Авторы:

- 1) Лао-цзы
- 2) Кун Фу-цзы
- 3) Сиддхартха Гаутама

Основные произведения:

- а) «Лунь юй»
- б) «Типитака»
- в) «Дао дэ цзин»

Дополните:

16. Состояние успокоенности дхарм, выход из цепи перерождений называется в буддизме _____.

17. Вечные сущности, комбинация которых определяет качество предмета – _____.

18. Колесо бытия, цепь перерождений, в которую вовлечены все живые существа называется _____.

19. Закон потенциального воздаяния управляющий цепью перерождений – _____.

Формой промежуточной аттестации по спецкурсу является зачет.

Вопросы к зачету.

1. Боевое искусство как культурная традиция.
2. Восток и Запад: своеобразие боевой и духовной традиции.
3. Истоки и эволюция восточных единоборств. Классификация будо.
4. Философия классического буддизма. Хинаяна и махаяна.
5. Философия йоги.
6. Специфика культуры Китая.
7. Даосская философия.
8. Конфуцианская философия.
9. Философские основы у-шу.
10. Специфика чань-буддизма.
11. Специфика дзэн-буддизма.
12. Особенности культуры Японии. Синто.
13. Философские основы каратэ-до.
14. Специфика понимания природы в восточной традиции. Принцип «не-деяния».
15. Специфика восточного сознания.
16. Специфика понимания человека в восточной традиции.
17. Русская боевая традиция, становление, специфика.
18. Духовные основы русской боевой традиции.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины по выбору «Философские основы боевых искусств».

Основная литература.

1. Балашов Л. Е. Философия [Электронный ресурс]: учебник / Л. Е. Балашов. - Электрон. текстовые дан. - Москва: Дашков и К, 2012. - 611, [1] с.: ил. Режим доступа: <http://e.lanbook.com/view/book/3942/>

Дополнительная литература.

1. Бранд Р. Айкидо: Учение о технике гармоничного развития. – М.: ФАИР-ПРЕСС: Информпресс+, 1999. – 320 с.
2. Касевич В.Б. Буддизм. Картина мира. Язык / В.Б. Касевич. – СПб: Изд – во С – Петерб. Ун – та, 2004. – 282 с.

3. Силлов Д.О. Реальный уличный бой. Система выживания на улице, в армии, в обществе / Д. Силлов. – М.: Эксмо, 2005. – 320 с.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы.

1. <http://www.philosophy.ru/>

Крупнейший философский портал в России. Содержит фундаментальную библиотеку Института философии, журнала «Вопросы философии», энциклопедии, справочники, госстандарты по философским дисциплинам, регулярно пополняется новыми материалами.

2. <http://www.battleart.ru>

3. <http://boevieiskusstva.narod.ru>

4. <http://centshaolin.ru>

Страница журнала «Вопросы философии». На нем представлено содержание журнала с 1947г.

5. <http://ihtik.lib.ru/philosbook> 29sept2006/

Электронная библиотека, содержит книги по философии, материалы Института Философии РАН, учебные материалы по различным гуманитарным дисциплинам и отраслям наук, сборники материалов конференций, статьи, доклады, тезисы по философским наукам.

6. <http://philos.msu.ru/library.php> —

Библиотека философского факультета МГУ. Содержит полнотекстовые первоисточники и литературу к учебным курсам.

Материально-техническое обеспечение дисциплины по выбору «Философские основы боевых искусств».

При изучении дисциплины по выбору предполагается использование видеоматериалов; мультимедийного оборудования, а также работа в компьютерном классе с выходом в Интернет.