

Психологічні особливості особистості юнаків-каратистів рівня юданша (майстерності)

Osyka K.S. Psychological peculiarities of the young karatists' personalities of judansha (mastery) level / K.S. Osyka // Problems of Modern Psychology : Collection of research papers of Kamianets-Podilskyi Ivan Ohienko National University, G.S. Kostyuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine / scientific editing by S.D.Maksymenko, L.A.Onufrieva. – Issue 28. – Kamianets-Podilskyi : Aksioma, 2015. – P. 397–406.

К.С. Осика. Психологічні особливості особистості юнаків-каратистів рівня юданша (майстерності). У статті розглянуто особливості тренувального процесу, які вплинули на підвищення рівнів спортивної кваліфікації юнаків-каратистів. Наведено характеристику чорного поясу майстерності згідно з традиційною японською філософією. Сучасні майстри кіокушинкай карате досліджують життєдіяльність і життєтворчість спортсменів-каратистів: С.Арнейл, С.В.Близнюк, Дж.Блюмінг, М.Ведель, С.А.Іванов-Катанський, В.Б.Кушнірик, А.Мацуї, Т.Міягі, М.Накаяма, М.Ояма, Х.Рояма, О.І.Танюшкін, М.Томпсон, Е.Хуг, В.П.Фомін, Г.Фунакоши, Г.Ямагучі. Доведено, що тактико-технічна майстерність і розвинутість бійця сприяє підвищенню мотивації досягнення успіху в спортивній діяльності. Виокремлено психологічні особливості юнаків-каратистів, представників сфери юданша (майстерності), які вирізняються суттєвим зміцненням волевих якостей каратиста, де провідними є: цілеспрямованість, рішучість, самовладання і сумлінність. Більшість з володарів чорного поясу стають взірцями для одноклубників та оточуючих, першими помічниками тренера в тренувальному процесі. Випадків порушень дисципліни та етикету майже не спостерігається. Домінує творчий тип здібностей, що породжує майстерність у виконанні різноманітних технік та індивідуальний стиль в двобоях на татамі. В структурі особистості спортсмена виокремлюються самоспрямованість (визначення мети життя, досягнення більшого ступеня впевненості в собі, покращення відношення до себе як до особистості, осягнення своїх індивідуальних особливостей, усвідомлення себе як особистості), самовдосконалення (досягнення контролю розуму над тілом, більш виражений контроль над рухами тіла й оволодіння новими вміннями та навичками), незалежність, індивідуальність і високий статус серед однолітків і оточуючих.

Ключові слова: кіокушинкай карате, тренувальний процес, чорний пояс, сфера юданша (майстерності), категорії самоактуалізації, психологічні особливості, особистість, юнак-каратист.

К.С.Осыка. Психологические особенности личности юношей-каратистов уровня юданша (мастерства). В статье рассматриваются особенности тренировочного процесса, которые оказали влияние на повышение уровней спортивной квалификации юношей-каратистов. Приведена характеристика черного пояса мастерства согласно традиционной японской философии. Современные мастера киокушинкай каратэ исследуют жизнедеятельность и жизнотворчество спортсменов-каратистов: С.Арнейл, С.В.Близнюк, Дж.Блюминг, М.Ведель, С.А.Иванов-Катанский, В.Б.Кушнирик, А.Мацуи, Т.Мияги, М.Накаяма, М.Ояма, Х.Рояма, А.И.Танюшкин, М.Томпсон, Е.Хуг, В.П.Фомин, Г.Фунакоши, Г.Ямагучи. Доказано, что тактико-техническое мастерство и развитость бойца способствуют повышению мотивации достижения успеха в спортивной деятельности. Выделены психологические особенности юношей-каратистов, представителей сферы юданша (мастерства), которые определяются существенным развитием волевых качеств каратиста, где ведущими являются: целеустремленность, решительность, самообладание и добросовестность. Большинство из обладателей черного пояса становятся образцами для одноклубников и окружающих, первыми помощниками тренера в тренировочном процессе. Случаев нарушения дисциплины и этикета почти не наблюдается. Доминирует творческий тип способностей, что порождает мастерство при выполнении разнообразных техник и индивидуальный стиль поединков на татами. В структуре поведения спортсмена выделяются самонаправленность (определение цели жизни, достижение большей степени уверенности в себе, улучшение отношения к себе как к личности, постижение своих индивидуальных особенностей, осознание себя как личности), самосовершенствование (достижение контроля разума над телом, более выраженный контроль над движениями тела и овладение новыми умениями и навыками), независимость, индивидуальность и высокий статус среди одногодков и окружающих.

Ключевые слова: киокушинкай каратэ, тренировочный процесс, черный пояс, сфера юданша (мастерства), категории самоактуализации, психологические особенности, личность, юноша-каратист.

Постановка проблеми. Особистість відіграє в сучасному спорті значну, а іноді й вирішальну роль на шляху до нових перемог і світових рекордів. Але шлях цей складний і важкий, суперечливий і підступний. А особистість спортсмена зазнає значних фізичних, душевних, тактико-технічних та психологічних переважань й перешкод в тренувальному та змагальному процесах. Тому конче потрібно й логічно розглянути особистість спортсмена, його проблеми і труднощі в психологічній

площині, створити психологічний портрет сучасного каратиста, особливо на етапі його сходження на якісно новий рівень майстерності (юданша). Суттєве зміцнення системи вольових та характерологічних якостей особистості спортсмена дає можливість стверджувати про становлення якісно нового типу особистості каратиста: чесного, добропорядного, сміливого, рішучого, відповідального, сумлінного, чуйного, чемного. Даний тип особистості характеризується налаштованістю на успішний виступ на татамі, спрямованістю на допомогу й захист честі, гідності, достоїнства та інтересів близьких і Батьківщини.

Аналіз основних досліджень і публікацій. Сучасні майстри кіокушинкай карате досліджують життєдіяльність і життєтворчість спортсменів-каратистів: С.Арнейл, С.В.Близнюк, Дж.Блюмінг, М.Ведель, С.А.Іванов-Катанський, В.Б.Кушнірик, А.Мацуї, Т.Міягі, М.Накаяма, М.Ояма, Х.Рояма, О.І.Танюшкін, М.Томпсон, Е.Хуг, В.П.Фомін, Г.Фунакоши, Г.Ямагучі [2]. Дані праці висвітлюють методологічні та методичні проблеми вищих спортивних досягнень каратистів, становлення особистості юнака-каратиста.

Проблеми спортивної обдарованості і психологічні здібності спортсменів, психологічні особливості тренерської роботи, здоров'я та якості життя досліджували: В.Г.Алабін, Л.В.Волков, В.В.Клименко, Б.Дж.Кретті, Г.В.Ложкін, Д.Мак-Клелланд, В.М.Платонов, Дж. ван Россум, К.П.Сахновський, В.П.Філін, Б.Б.Шаповалов. За влучним висловом академіка І.І.Мінца, в творчому континуумі особистості необхідно виокремити три провідні «т»: талант, труд, темперамент. Вони, безумовно, стосуються не тільки спортивної діяльності взагалі, але й мистецтва кіокушинкай карате, зокрема, особливо в процесі підготовки спортсмена на кваліфікаційний рівень юданша (майстерності).

Масутацу Ояма розробив основоположні засади психологічної, фізичної та тактико-технічної системи тренувального й змагального процесів сучасного кіокушинкай карате. Особистим прикладом життя і творчості виховав плеяду майстрів карате рівня юданша, майбутніх тренерів і авторитетних наставників молоді [3; 4; 5; 6]. Вивчаючи умови формування мотивації досягнення, Д.Мак-Клелланд виокремив провідні формувальні впливи: 1) формування синдрому досягнення (переваги в людині прагнення до успіху над прагненням уникати невдачі); 2) самоаналіз; 3) формування прагнення та навичок ставити перед собою значні, але досяжні цілі; 4) міжособистісна підтримка. На думку А.Бандури, на заваді людських досягнень стоять відсутність здібностей та

невпевненість у собі. Вчений звертає увагу на «почуття групової ефективності» – впевненості групи в успішності виконання нею складного та відповідального завдання. Ефективна група має велике переконання стосовно «колективної ефективності». Каратист на татамі це добре відчуває і прикладає всі свої зусилля, щоб стали переможцями він і його команда на відповідальних змаганнях.

Б.Дж.Кретті вважає, що потреба в досягненні успіху проходить три стадії розвитку в процесі дозрівання дитини. До шести років дитина, виконуючи рухові вправи, сприймає себе автономно. В перші роки навчання в школі вона часто змагається з іншими дітьми, і в неї формуються соціальні потреби в досягненні успіху. Трохи пізніше відбувається поступове врівноважування автономних і соціальних потреб. При цьому подібні зміни відбуваються в житті дитини у процесі активації її діяльності. Спершу її діяльність змінюється не дуже істотно, особливо, коли вона виступає в присутності знайомих і друзів. Ця обстановка найчастіше її збуджує, хоча не завжди зростає результативність її виступів. До семирічного віку дитина стає значно уважнішою до якості свого виступу, де перемога чи поразка відіграють значну роль у її духовному й емоційному світі. Підлітки і юнаки оцінюють свої виступи як дорослі, аналізують їх, чітко усвідомлюючи, які з них мають певну цінність, а які не є важливими для подальшого спортивного життя. Даний етап психологічного розвитку дитини вважаємо надзвичайно важливим на шляху до більш високого кваліфікаційного рівня юданша. Мотиваційна система дорослого спортсмена характеризується значною ускладненістю, порівняно з подібною у дитини.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Метою дослідження є вивчення психологічних особливостей особистості юнаків-каратистів, володарів чорного поясу, представників сфери юданша (майстерності).

Виклад основного матеріалу дослідження. Після проведення формувального експерименту на заключному етапі відбулися істотні зміни в системі рівнів спортивної кваліфікації каратистів. Характер цих змін добре видно з табл. 1.

З таблиці 1 видно, що в контрольній групі спортсменів 17 – 18 років, порівняно з констатувальним експериментом, кількість каратистів, котрі мають пояси майстерності, зростає: на 0,7%: 6 кю (12,2%), 4 кю (11,9%); на 0,6% – 5 кю (12,6%), 3 кю (10,7%), 1 кю (5,5%); на 0,4% – 2 кю (4,6%); на 0,1% – 1 дан (0,7%); знижуються: 10 кю – на 1,1% (8,1%); 9 кю – на 1,0% (9,5%); 7 кю – на 0,9% (13,2%); 8 кю – на 0,7% (11,0%).

Таблиця 1

Зміни у системі рівнів спортивної кваліфікації юнаків-каратистів на початку і після закінчення формувального експерименту, у %

Пояси	Рівень спортивної кваліфікації	Кількість спортсменів, у %			
		Контрольна група		Експериментальна група	
		17–18 років	19–20 років	17–18 років	19–20 років
Помаранчевий	10 кю	8,1	7,5	5,1	4,2
	9 кю	9,5	9,2	6,2	5,1
Синій	8 кю	11,0	10,5	8,1	5,5
	7 кю	13,2	12,4	9,0	6,7
Жовтий	6 кю	12,2	12,6	14,7	14,9
	5 кю	12,6	13,0	14,9	15,4
Зелений	4 кю	11,9	12,1	13,8	14,8
	3 кю	10,7	11,0	12,9	13,9
Коричневий	2 кю	4,6	5,2	6,5	8,3
	1 кю	5,5	5,7	7,3	9,3
Чорний	1 дан	0,7	0,8	1,5	1,9

В контрольній групі спортсменів 19 – 20 років, порівняно з констатувальним експериментом, зростає кількість каратистів, які володіють поясами майстерності, на 0,9% – 6 кю (12,6%); на 0,8% – 5 кю (13,0%), 3 кю (11,0%), 2 кю (5,2%); на 0,7% – 1 кю (5,7%); на 0,6% – 4 кю (12,1%); на 0,1% – 1 дан (0,8%); знижуються на 1,4% – 7 кю (12,4%); на 1,3% – 10 кю (7,5%); на 1,1% – 9 кю (9,2%); на 0,9% – 8 кю (10,5%).

Зіставивши кількісні показники контрольної групи каратистів 17 – 18 років і контрольної групи спортсменів 19 – 20 років, спостерігаємо такі зміни: з віком майстерність каратистів підвищується: 2 кю – на 0,6% (5,2%); на 0,4%: 6 кю (12,6%), 5 кю (13,0%); 3 кю – на 0,3% (11,0%); на 0,2%: 4 кю (12,1%), 1 кю (5,7%); 1 дан – на 0,1% (0,8%); знижуються: 7 кю – на 0,8% (12,4%); 10 кю – на 0,6% (7,5%); 8 кю – на 0,5% (10,5%); 9 кю – на 0,3% (9,2%). В експериментальній групі спортсменів 17 – 18 років, порівняно з констатувальним експериментом, відбуваються суттєві зміни щодо системи поясів майстерності. Так, зростають на 3,2% – 6 кю (14,7%); на 2,9% – 5 кю (14,9%); на 2,8% – 3 кю (12,9%); на 2,6% – 4 кю (13,8%); на 2,4% – 1 кю (7,3%); на 2,3% – 2 кю (6,5%); на 0,9% – 1 дан (1,5%); зменшу-

ються на 5,1% – 7 кю (9,0%); на 4,3% – 9 кю (6,2%); на 4,1% – 10 кю (5,1%); на 3,6% – 8 кю (8,1%).

У спортсменів 19 – 20 років в експериментальній групі, порівняно з констатувальним експериментом в системі поясів майстерності, відбуваються принципово важливі зміни: зростають на 4,3% – 1 кю (9,3%); на 3,9% – 2 кю (8,3%); на 3,7% – 3 кю (13,9%); на 3,3% – 4 кю (14,8%); на 3,2% – 6 кю (14,9%), 5 кю (15,4%); на 1,2% – 1 дан (1,9%); знижуються: більш, ніж в 2 рази: 10 кю (8,8% – 4,2%); 9 кю (10,3% – 5,1%); 8 кю (11,4% – 5,5%); 7 кю (13,8% – 6,7%).

Зіставивши кількісні показники експериментальної групи спортсменів 17 – 18 років і експериментальної групи каратистів 19 – 20 років, спостерігаємо суттєві зміни в системі поясів майстерності: підвищуються: 1 кю – на 2,0% (9,3%); 2 кю – на 1,8% (8,3%); 3 кю (13,9%), 4 кю (14,8%) – на 1,0%; 5 кю – на 0,5% (15,4%); 1 дан – на 0,4% (1,9%); 6 кю – на 0,2% (14,9%); знижуються: 8 кю – на 2,6% (5,5%); 7 кю – на 2,3% (6,7%); 9 кю – на 1,1% (5,1%); 10 кю – на 0,9% (4,2%).

Якісно новий рівень спортивної кваліфікації каратистів експериментальної групи, порівняно з контрольною, свідчить про ефективність запропонованої психокорекційної програми [7].

Результати змін у рангових місцях спортивної кваліфікації каратистів наведено в табл. 2.

Таблиця 2

Рангові місця спортивної кваліфікації юнаків-каратистів на початку і після закінчення формувального експерименту, у %

Рангові місця спортивної кваліфікації	Кількість спортсменів, у %			
	Контрольна група		Експериментальна група	
	17–18 років	19–20 років	17–18 років	19–20 років
1	7 кю (13,2)	5 кю (13,0)	5 кю (14,9)	5 кю (15,4)
2	5 кю (12,6)	6 кю (12,6)	6 кю (14,7)	6 кю (14,9)
3	6 кю (12,2)	7 кю (12,4)	4 кю (13,8)	4 кю (14,8)
4	4 кю (11,9)	4 кю (12,1)	3 кю (12,9)	3 кю (13,9)
5	8 кю (11,0)	3 кю (11,0)	7 кю (9,0)	1 кю (9,3)
6	3 кю (10,7)	8 кю (10,5)	8 кю (8,1)	2 кю (8,3)
7	9 кю (9,5)	9 кю (9,2)	1 кю (7,3)	7 кю (6,7)
8	10 кю (8,1)	10 кю (7,5)	2 кю (6,5)	8 кю (5,5)
9	1 кю (5,5)	1 кю (5,7)	9 кю (6,2)	9 кю (5,1)
10	2 кю (4,6)	2 кю (5,2)	10 кю (5,1)	10 кю (4,2)
11	1 дан (0,7)	1 дан (0,8)	1 дан (1,5)	1 дан (1,9)

Аналізуючи рангові місця спортивної кваліфікації каратистів на початку і після закінчення формувального експерименту, зазначимо, що на першому, другому та третьому рангових місцях знаходяться представники середнього рівня кваліфікації, за винятком експериментальної групи спортсменів, де в обох вікових категоріях третє рангове місце посідають представники високого рівня кваліфікації (4 кю). На останніх щаблях рангової таблиці в контрольній групі в обох вікових категоріях представники високого рівня кваліфікації та юданша (майстерності) – 1 кю, 2 кю, 1 дан. В експериментальній групі в обох вікових категоріях – представники низького рівня кваліфікації та юданша (майстерності) – 9 кю, 10 кю, 1 дан.

Проведений нами формувальний експеримент сприяв підвищенню спортивної кваліфікації юнаків-каратистів.

Колір поясів каратистів сфери юданша (майстерності): чорний

Чорний пояс (1 – 10 дан)

Крок від коричневого поясу – найважливіший у житті каратиста. Чорний пояс – це загальна й заповітна мета багатьох каратистів. Його вимоги дуже ґрунтовні й високі. Починаючи з першого дана, і далі, ці вимоги повинні стати другою природою спортсмена. Тактико-технічна майстерність і розвинутість бійця сприяє підвищенню мотивації досягнення успіху в спортивній діяльності. Постійний пошук щодо вдосконалення майстерності та розмаїття технік і ретельного вивчення досвіду видатних майстрів кіокушинкай карате минулих часів та сучасності допомагає молодим каратистам, представникам чорного поясу, загартувати себе та націлити на опанування нових щаблів майстерності [1; 2]. Рівень першого дану – це початок шляху, по якому йде представник чорного поясу, і тому надмірна гордість та солодке задоволення собою не повинні торкатися спортсмена. Якщо каратист продовжує наполегливо тренуватися, навіть в більш зрілі роки життя, то, як білий пояс поступово стає чорним, так і його чорний пояс повільно стирається, стає протертим по краях, і перетворюється знову на білий. Отже, коло неминуче замикається, і майстер знову стає початківцем, хоч і на вищому щаблі майстерності [2; 3].

Представник найвищого десятого дану з кіокушинкай карате Масутацу Ояма казав, що в бойових мистецтвах самоаналіз породжує мудрість. Завжди треба ставитися до спостережень за своїми діями, як до можливості вдосконалення юданша (май-

стерності). Представник чорного поясу звертає увагу щодо тенденцій своєї розумової діяльності; повинен триматися понять та поведінки чорного поясу. Вчинки каратиста повинні бути на рівні чорного поясу, а не початківця. А якщо це не так – чому таке можливо? Щодня наше життя породжує значну кількість тестів, щоб перевірити нас щодо стійкості, витримки та спортивної зрілості. Справжній каратист повинен мати в своїй свідомості образ людини, яку він дуже поважає й захоплюється нею, трепетно зберігати цей образ в своєму серці. Це може бути хтось, кого ви знаєте особисто й глибоко поважаєте. Коли вам необхідно приймати рішення, спитайте себе, як би зробила ця людина. Як би справжній майстер карате прийняв те або інше рішення в своєму житті. В тренуванні самоаналіз розкриває багато недоліків та слабких місць в підготовці каратиста. Проаналізуйте, чому ваш супротивник переміг у двобої, потім зробіть зусилля, щоб перебороти слабкість вашого захисту. Період медитації, котрий приходить після тренування – це прекрасний час, щоб ґрунтовно проаналізувати свої дії. Якщо ви думаєте, що досягли вищих щаблів в карате, чесно признайтеся, що це не так. І це яскраво підтвердить роздум над одним вашим тренуванням. Ви побачите: яке воно недосконале, і як багато ще треба вам тренуватися. Як часто ви проходили через кіхон (виконання техніки), зробивши тільки видимість зусилля. Ніхто більше не несе відповідальності за якість вашого тренування. Ви несете цю відповідальності за себе. Будучи представником чорного поясу, завжди пам'ятайте про свої недоліки. Ви ще не майстер, але якщо стійко захищатимете свою спортивну позицію, ви неодмінно станете майстром. Є велика різниця між новачком та майстром. Майстер – це новачок, котрий ніколи не припиняє своїх зусиль на шляху досконалості [4; 7].

Четвертий рівень майстерності характеризується суттєвим зміцненням вольових якостей каратиста, де провідними є: цілеспрямованість, рішучість, самовладання і сумлінність. Більшість з володарів чорного поясу стають взірцями для одноклубників та оточуючих, першими помічниками тренера в тренувальному процесі. Випадків порушень дисципліни та етикету майже не спостерігається. Домінує творчий тип здібностей, що породжує майстерність у виконанні різноманітних технік та індивідуальний стиль в двобоях на татамі. В структурі особистості спортсмена виокремлюються самоспрямованість (визначення мети життя, досягнення більшого ступеня впевненості в собі, покращення відношення до себе як до особистості, відчуття своїх

індивідуальних особливостей, усвідомлення себе як особистості), самовдосконалення (досягнення контролю розуму над тілом, більш виражений контроль над рухами тіла й оволодіння новими вміннями та навичками), незалежність, індивідуальність та високий статус серед однолітків і оточуючих [5; 7].

Висновки. Важливими психологічними особливостями особистості юнаків-каратистів рівня юданша (майстерності) є суттєве зміцнення системи вольових якостей, усвідомлення себе як особистості, домінування творчого типу здібностей і самовдосконалення. Перспектива дослідження – вивчення психологічних особливостей особистості каратистів високого рівня кваліфікації.

Список використаних джерел

1. Воронов И.А. Психотехника восточных единоборств (Восточно-азиатская классическая концепция психологической подготовки единоборцев) /И.А. Воронов. – Минск : Харвест, 2005. – 432 с.
2. Мисакян М.А. Каратэ киокушинкай: самоучитель / М.А.Мисакян. – М. : ФАИР-ПРЕСС, 2004. – 400 с.
3. Ояма М. Жизненное каратэ / М.Ояма. – М. : Советский патриот, 1993. – 72 с.
4. Ояма М. Философия каратэ / М.Ояма. – Калининград : Роза, 1993.–82 с.
5. Ояма М. Это каратэ /Масутацу Ояма. – М. : ФАИР-ПРЕСС, 2001. – 320 с.
6. Ояма М. Классическое каратэ /М.Ояма. – М. : Эксмо, 2008. – 256 с.
7. Санг Х. Ким. Преподавание боевых искусств. Путь мастера / Санг Х. Ким. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2003. – 240 с.

Spysok vykorystanyh dzherel

1. Voronov I.A. Psihotehnika vostochnykh edinoborsv (Vostochno-aziatskaya klassicheskaya kontseptsiya psihologicheskoi podgotovki edinobortsev) / I.A. Voronov. – Minsk : Harvest, 2005. – 432 s.
2. Misakyan M.A. Karate kiokunshikai: samouchitel / M.A.Misakyan. – M. : FAIR-PRESS, 2004. – 400 s.
3. Oyama M. Zhiznennoe karate / M.Oyama. – M. : Sovetskiy patriot, 1993. – 72 s.
4. Oyama M. Filosofiya karate / M.Oyama. – Kaliningrad : rosa, 1993. – 72 s.

5. Oyama M. Eto karate / Masutatsu Oyama. – М. : FAIR-PRESS, 2001. – 320 с.
6. Oyama M. Klassicheskoe karate / M.Oyama. – М. : Eksmo, 2008. – 256 с.
7. Sang H. Kim. Prepodavanie boevykh iskusstv. Put mastera / Sang H. Kim. – Rostov-na-Donu : Feniks, 2003. – 240 с.

K.S. Osyka. Psychological peculiarities of the young karatists' personalities of judansha (mastery) level. The article deals with the peculiarities of the training process that had an effect on the upgrading of the young karatists' sporting qualification. The author gives the characteristics of the black belt of mastery, according to the traditional Japanese theory. Modern masters of the kiokunshikai karate such as S. Arnail, S.V. Blyzniuk, J. Bluming, M. Vedel, S.A. Ivanov-Katanskyi, V.B. Kushiryk, A. Matsui, T. Miyagi, M. Nakayama, M. Oyama, O.I. Taniushkin, M. Tompson, E. Hug, V.P. Fomin, G. Funakoshi, G. Yamagutchi – investigate the vital activity and vital creativity of the sportsmen-karatists. It is proved that tactic-technical mastery and development of a fighter contributes to the upgrading of the motivation for achieving success in one's sporting activity. The author selects psychological peculiarities of the young karatists who represent the judansha-mastery sphere. They are distinguished by the essential strength of the volitional qualities necessary for a karatist; the main of these qualities are purposefulness, resoluteness, self-control and scrupulosity. Most of the black-belts owners become a model for their club-mates and environment, the first assistants of their coaches in their work with other sportsmen. They never break discipline or etiquette. The creative type of abilities appears to be the dominant one. It gives way to gaining mastery in fulfilling different techniques and one's individual style in the duals on tatami. As for the structure of the sportsman's personality it is possible to distinguish self-direction (the ability to define the main purpose in life, to achieve the higher level of self-confidence, to improve the attitude of other people to him, to recognize his individual peculiarities, to understand himself as a personality), constantly self-improving (reaching the level when his mind controls his body, when control over the body movements is more expressed and when new habits and skills are acquired); independence, individuality and high status among those born in the same year and those who are around him now is also achieved.

Key words: kiokunshikai karate, training process, black belt, judansha (mastery) sphere; self-actualization categories; psychological peculiarities, personality, young karatist.

Received January 12, 2015

Revised January 27, 2015

Accepted February 20, 2015