

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
"Центр детского творчества" Ново-Савиновского района г.Казани**



**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА  
«РАЗВИТИЕ СПОРТИВНОЙ ОДАРЕННОСТИ  
УЧАЩИХСЯ»**

**Составитель:**  
Захаров Евгений Викторович,  
педагог дополнительного образования  
1 кв. категории

**г.Казань**

Данная методическая разработка предназначена для педагогов дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, учителей физкультуры, тренеров детско-юношеских спортивных школ, руководителей секций, клубов.

Под одаренностью обычно понимают выраженные способности в какой – либо области: спорте, искусстве, науке. *Актуальность выдвинутой проблемы* состоит в том, что необходимо уделять большое внимание, своевременному выявлению одаренных учащихся, основываясь на наблюдении педагога, созданию развивающей среды, которая бы стимулировала положительные изменения в развитии личности ребенка. Реализация потенциала личности является насущной потребностью сегодняшнего дня, социальным заказом современности.

Необходимо помнить, что практически любая одаренность не может существовать без заметной, ярко выраженной, устойчивой системы интересов. Одаренность не может развиваться из ничего, на пустом месте, она всегда развивается на основе определенной, любимой ребенком деятельности. Если вы видите у ребенка яркие, устойчивые интересы к какой-либо деятельности, это всегда знак, что у него может быть выявлен тот или иной тип одаренности.

**Спортивная одаренность** – это комплекс природных качеств, дающих возможность достичь спортивных вершин в процессе многолетней тренировки. Это врожденные особенности человека, обуславливающие определенный уровень его спортивных достижений. Спортивно и физически одаренные дети имеют высокий уровень физической подготовки, отличаются хорошим здоровьем, активностью и выносливостью, перевыполняют спортивные нормативы.

Способности формируются неравномерно. Наблюдаются периоды ускоренного и замедленного развития способностей. Нередко отмечается раннее проявление спортивных способностей, но встречаются и дети с замедленными темпами формирования способностей. Отсутствие ранних высоких достижений ещё не означает, что высокие способности не проявятся в дальнейшем.

Уровень и характер проявления одаренности очень индивидуальны и заключаются в том, что одни, приходя заниматься тем или иным видом спорта, уже

проявляют ярко выраженные способности, других же не принимали в группы начальной подготовки в силу их слабости. Способности и одаренность у того или иного спортсмена констатируются тогда, когда уже достигнут выдающийся результат и мало внимания обращается на это в процессе отбора на различных этапах спортивного совершенствования, где основным фактором выступает соответствие сторон подготовленности тем модельным характеристикам, которые составлены для данного уровня подготовленности.

Условно различают три уровня развития спортивных способностей:

1. Самые общие способности. К ним можно отнести хорошее здоровье, нормальное физическое развитие, трудолюбие, настойчивость, работоспособность, интересы, склонности и т.д.

2. Общие элементы спортивных способностей: быстрое освоение спортивной техники, умение адаптироваться к значительным мышечным напряжениям, высокий уровень функциональной подготовки, способность преодолевать утомление, успешное восстановление после тренировочных нагрузок и т.д.

3. Специальные элементы спортивных способностей: быстрый прирост спортивных результатов, высокий уровень развития специальных качеств, высокая мобилизация, готовность и устойчивость в условиях противоборства с противником и т.д.

В отдельных видах спорта структура способностей неодинакова:

Так, в циклических видах спорта, таких как, бег, плавание, спортивная ходьба, лыжные гонки, гребля, конькобежный спорт, велосипедный спорт, важную роль в структуре способностей играют стабильность мышечно-двигательных дифференцировок, "чувство темпа", "чувства ритма", способность к адекватным оценкам функционального состояния.

В скоростно-силовых видах спорта, таких как, легкая атлетика, пятиборье, гимнастика, фигурное катание, важны точные мышечно-двигательные дифференцировки, точная пространственно-временная ориентировка, "чувство ритма".

В играх и единоборствах на первый план выступают психические качества, в основе которых лежит система процессов, определяющая возможность в кратчайшие сроки воспринимать возникающие ситуации, принимать и реализовывать творческие решения.

Выдающиеся спортивные достижения – это результат взаимодействия наследственных факторов и влияния внешней среды. В последнее время усилился генетический подход к проблеме спортивных способностей. Некоторые ученые отмечают, что возможности воспитания и тренировки не беспредельны, их границы определены наследственной конституцией (генотипом) данного индивидуума. На это указывал ещё Ч.Дарвин. Он говорил, что воспитание и окружающая обстановка производит лишь слабое влияние на способности человека, большинство которых в действительности являются врождёнными. Но роль генетической информации в формировании спортивных способностей изучена крайне недостаточно. Конечно, признавая значимость генетического фактора, не следует преуменьшать роль внешней среды.

Средовые факторы, в частности особенности воспитания детей, играют важную роль во всех видах спорта, где важны настойчивость, трудолюбие, умение преодолевать трудности. Имеются данные о том, что воздействие тренировки более эффективно в раннем возрасте для одарённых детей. Напротив, для детей, "не имеющих наследственного предрасположения", наибольшее влияние тренировки проявляется в более позднем возрасте.

К критериям определения спортивной одаренности относятся следующие психофизические особенности детей:

- ребенок проявляет большой интерес к деятельности, требующей тонкой и точной моторики;
- обладает хорошей зрительно-моторной координацией;
- любит движение (бег, прыжки, лазание);
- обладает широким диапазоном движения (от медленного к быстрому, от плавного к резкому);

- легко удерживает равновесие при выполнении двигательных упражнений (на бревне, трамплине);
- умело владеет телом при маневрировании (стартуя, останавливаясь, целенаправленно меняя направление и т. п.); для своего возраста обладает исключительной физической силой, демонстрирует хороший уровень развития основных двигательных навыков (ходьба, бег, лазание, прыжки, умение бросать и ловить предметы).

На начальном этапе в процессе мониторинга достаточно использовать *метод педагогического наблюдения*, чтобы выявить спортивно одарённого ребёнка. Наряду с этим нужно использовать и *метод педагогического тестирования и анкетирование, опросники*, проводить также комплексное *тестирование физических данных*, что позволяет выявлять и развивать у учащихся способности к физкультурно-спортивной деятельности.

Создание условий для развития и совершенствования таланта спортивно одаренных детей должно носить системный характер и строиться на следующих принципах:

- выявление спортивно одаренных детей на протяжении всего процесса обучения;
- обеспечение гибкости и вариативности учебного процесса;
- включение в процесс обучения индивидуализированной психологической поддержки и помощи с учетом своеобразия личности одаренного ребенка;
- постепенный и поэтапный отбор детей для занятий в секции спортивной школы.

Проблема спортивных способностей требует осторожного подхода к оценке природной одарённости, диктует целесообразность всестороннего анализа морфологических, функциональных и психических свойств юного спортсмена.