**Развитие психомоторной одаренности на занятиях по волейболу.**

Гамм Игорь Викторович, тренер-преподаватель МБУ ДО Спортивная школа № 34 г. Уфа

Создание условий, обеспечивающих выявление и развитие одаренных детей, реализацию их потенциальных возможностей, является одной из приоритетных задач современного общества

Услышав термин «одаренный ребенок», не каждый из нас может понять его значение или правильно его истолковать. Чаще всего представление об одаренных детях связано с образом этакого «вундеркинда», резко опережающего своих сверстников и, конечно, многознайки. Но это всего лишь один из типов одаренных детей. Наряду с интеллектуальной, творческой, социальной одаренностью принято выделять также психомоторную или спортивную одаренность.

Очевидно, что выдающиеся спортивные достижения - это результат сложного взаимодействия наследственных факторов и влияния внешней среды. Дискуссионным при этом является вопрос о соотношении этих слагаемых спортивных успехов. Одни отдают предпочтение внешним факторам: труду, воспитанию, тренировке, другие - наследственным способностям, таланту. Сложность поиска спортивных талантов удачно выразила Н.Ж. Булгакова.

Способности не являются врождёнными, а формируются в процессе развития. Врождёнными могут быть лишь анатомо-физиологические особенности, то есть задатки, которые лежат в основе развития способностей.

Действительно, чем тщательнее изучаются факторы, способствующие достижению спортсменами выдающихся результатов, тем в большей мере ученые убеждаются, что каждый незаурядный спортсмен - это яркая индивидуальность. Да и к результатам одного и того же уровня они приходят разными методическими путями при различной, характерной только для них структуре подготовленности

Уровень и характер проявления одаренности очень индивидуальны и заключаются в том, что одни, приходя заниматься волейболом, уже проявляют ярко выраженные способности, другие могут быть зачислены в группы начальной подготовки в силу их слабости. То есть на этом фоне можно говорить о том, что успешное выполнение определенной спортивной деятельности происходит по-разному из-за внутренних свойств, отличающих индивидуальность.

Некоторые специалисты одним из проявлений «двигательной одаренности» считают способность быстро, «буквально на лету», схватывать и запоминать технику выполнения сложных элементов, а также достаточно прочное ее закрепление, и с этим мнением нельзя не согласиться. Каждый ребенок воспринимает, запоминает и воспроизводит с разной скоростью, а потому ключевым здесь является дифференцированный, разноуровневый подход.

Одним из важнейших условий развития одаренности считается ее раннее выявление, поэтому, придя в объединение, каждый ребенок проходит оценку физического развития, уровня игровых возможностей. Тем не менее, психомоторная одаренность не может быть выявлена одномоментно, как правило, это занимает некоторое время в силу индивидуальных особенностей детей.

Задачами диагностики являются: определение способностей к взаимодействию, ориентировке, быстроте действий, инициативности и настойчивости, рациональности и оперативности решений, концентрации внимания и координации движений с помощью модельных тестов, построенных на материале подвижных игр. Тест – задания, дают возможность быстро выявить и оценить степень развития определенных психологических и физических качеств, а также уровень знаний, умений, навыков. Это: «Бегуны», «Охота», «Борьба за мяч», «Разведка».

Диагностика интересов и уровня притязаний осуществляется с помощью бесед, наблюдения, анкетирования по волейболу. Уровень притязаний признается одной из наиболее устойчивых характеристик личности спортсмена.

Для испытаний можно использовать модифицированные приемы с различной степенью трудности (например, тесты на точность).

Тестирование физической подготовленности. Сюда входят: бег со сменой направлений, прыжки вверх серийно на заданную высоту, бег приставными шагами, доставание подвешенного мяча в прыжке.

Тестирование одаренности: (тесты для оценки скорости и точности двигательных реакций).

1. Подвижная игра «Охотники и утки». Задание «уткам» – мяч отбивать любым способом. Если отбитый мяч поймает кто-то из стоящих за линией круга, оба получают по 2 очка. Если мяч только отбит, но не пойман, одно очко получает игрок, отбивший мяч. Игрок, «осаленный» мячом, штрафуется одним очком, а бросавший мяч – одним поощрительным очком. Игровой тест «три квадрата»:

Задание 1. Тренер бросает мяч в каждый квадрат поочередно. Задача детей поймать мяч после отскока.

Задание 2. Тренер бросает мяч не по очереди. Задача детей поймать мяч или дотронуться до мяча.

На основании данных отбора тренер может прогнозировать будущий спортивный рост отобранных для занятий волейболом детей.

***Физическая подготовка.***

В силовой подготовке значительное место отводится упражнениям избирательного воздействия на группы мышц, несущих нагрузку при выполнении технических приемов. Основными средствами скоростно-силовой подготовки являются прыжковые упражнения без отягощения и с отягощением, беговые (спринт, бег по песку, бег в гору и т.д.), а также специально подготовительные и основные упражнения.

Значительное место в тренировках отводится развитию общей и специальной выносливости. Средства и методы для развития выносливости те же, что для взрослых спортсменов, с учетом индивидуальных показателей реакции организма на нагрузку. Развитие ловкости приобретает специализированный характер (развивается акробатическая и прыжковая ловкость). Гибкость совершенствуется с помощью подвижных и спортивных игр, общеразвивающих упражнений с предметами и без предметов, гимнастических упражнений, выполняемых с большой амплитудой.

***Техническая подготовка.*** Высокий уровень технической подготовленности достигается только многократным повторением упражнений для совершенствования техники нападения и защиты с созданием определенных трудностей (дополнительная физическая нагрузка, нестандартное выполнение заданий и др.). Для этих целей используются упражнения, приближенные к характеру игры с решением индивидуальных тактических задач, комплексные упражнения, игровые формы совершенствования.

***Тактическая подготовка.*** В данном разделе подготовки идут дальнейшее совершенствование тактического умения с учетом игровых функций волейболистов, формирование умения эффективно использовать технические приемы и тактические действия в различных игровых ситуациях, изучение команд соперников, анализ участия в соревнованиях. Игровая подготовка предполагает участие в учебных, контрольных и календарных играх.

Конкретное содержание видов подготовки определяется учебной программой.

***Игровая подготовка***

Подготовка игроков в волейболе может считаться эффективной только в том случае, когда они в полной мере и уверенно применяют изученные приемы и тактические действия в сложных условиях игры и соревнований. Система заданий, которые ставят игрокам во время учебной игры, позволяет добиваться того, что все виды приемов игры и тактических действий целенаправленно воспроизводятся в игровой обстановке.

Эффективность педагогической деятельности подтверждает участие обучающихся в соревнованиях разного уровня, где они занимают призовые места, например:

* Финал первенства ОГФСО Юность России – Голова Ксения, Малышева Яна - I, II место
* Чемпионат Республики Башкортостан по волейболу - Голова Ксения, Малышева Яна, Горбунов Арсений - I, II, III место
* Первенство Республики Башкортостан по волейболу – Ахметзянова Адель, Ильчибаева анастасия, Зиннатуллина Росана, Абдеева Линара
* Международный коммерческий турнир «Бобриков ОПЕН» (Турция) – Абдуллина Ильмира

Сложность системы спортивной подготовки заключается в том, что она состоит из большого числа взаимосвязанных компонентов (физическая, техническая, тактическая, психологическая, игровая и другие виды подготовки). В системе взаимоотношений тренер-спортсмен-команда творческое сотрудничество со спортсменом осуществляется при активной направленности на развитие способностей к самоуправлению и самосовершенствованию.