

УДК 796/799  
ББК 75.0  
И85

Перевод с английского ***И.В. Шаробайко***

**Иссурин В.Б.**

И85      **Спортивный талант:** прогноз и реализация: Монография / В.Б. Иссурин;  
пер. с англ. И.В. Шаробайко. – М.: Спорт, 2017. – 240 с.

ISBN 978-5-906839-83-1

В монографии рассматриваются современные концепции, доказательства и практические подходы, связанные с прогнозированием и реализацией спортивного таланта. Даются рекомендации для тренеров, спортсменов и их родителей.

Для тренеров, специалистов, занятых в системе спортивной подготовки и дополнительного образования детей, научных работников, преподавателей высших и средних специальных учебных заведений физической культуры и спорта, юных спортсменов и их родителей.

**УДК 796/799  
ББК 75.0**

ISBN 978-5-906839-83-1

© Иссурин В.Б., текст, 2017  
© Шаробайко И.В., перевод на русский язык, 2017  
© Оформление. ООО Издательство «Спорт», 2017

## СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие к русскому изданию .....	3
Предисловие .....	4

### РАЗДЕЛ 1. Спортивный талант: научное обоснование

<b>Глава 1. Талант: общий обзор .....</b>	<b>9</b>
1.1 Основные положения, связанные с феноменом таланта человека .....	9
1.2. Аргументы и данные в поддержку концепции «природного таланта» .....	10
1.2.1. Раннее обнаружение исключительных способностей и навыков .....	11
1.2.2. Достижение выдающегося мастерства без профессиональной поддержки и помощи .....	12
1.2.3. Наличие биологических признаков и маркеров .....	13
1.3. Данные и понятия, противоречащие парадигме природного таланта .....	15
1.3.1. Аргументы против существования природного таланта .....	15
1.3.2. Теория десятилетней осознанной практики .....	16
Заключение по главе .....	17
Литература к главе 1 .....	17
<b>Глава 2. Спортивный талант: методологические основы .....</b>	<b>19</b>
2.1. Основные положения и понятия теории спортивного таланта .....	19
2.2. Ранние исследования спортивного таланта .....	20
2.2.1. Данные из Восточной Германии .....	20
2.2.2. Данные и результаты исследований из СССР .....	22
2.2.3. Данные и результаты исследований, проведённых в разных странах .....	24
2.3. Современные исследования спортивного таланта .....	27
2.3.1. Структура перспективных и инновационных проектов .....	27
2.3.2. Результаты исследований, оценивающих одарённость юных спортсменов .....	34
Заключение по главе .....	36
Литература к главе 2 .....	37

<b>Глава 3. Спортивный талант: биологические и психологические предпосылки .....</b>	<b>39</b>
3.1. Генетические детерминанты спортивного таланта .....	39
3.1.1. Выдающиеся спортивные семьи .....	39
3.1.2. Генетическая детерминация соматических признаков, физических и координационных способностей .....	42
3.1.3. Генетическая детерминация кумулятивного тренировочного эффекта .....	45
3.1.4. Данные молекулярной генетики спорта .....	46
3.2. Психологические основы спортивного таланта .....	48
3.2.1. Психологические основы мастерства талантливых спортсменов .....	48
3.2.2. Психологические особенности одарённых юных спортсменов .....	52
3.2.3. Реализация психологических предпосылок спортивного таланта в общественной жизни .....	54
Заключение по главе .....	56
Литература к главе 3 .....	57
<b>Глава 4. Долгосрочная подготовка одарённых и талантливых спортсменов .....</b>	<b>59</b>
4.1. Подготовка юных перспективных спортсменов .....	59
4.1.1. Этапы многолетней подготовки .....	59
4.1.2. Сенситивные периоды и влияние процесса взросления .....	64
4.2. Ранняя специализация .....	68
4.2.1. Возможные негативные аспекты ранней специализации .....	68
4.2.2. Аргументы и результаты в поддержку ранней специализации .....	71
4.2.3. Некоторые заключительные замечания .....	73
4.3. Тренируемость юных спортсменов .....	74
4.3.1. Реакция на выполнение силовых упражнений .....	75
4.3.2. Реакция на выполнение упражнений на выносливость .....	76
4.3.3. Приобретение и совершенствование двигательных навыков .....	77
4.4. Общие тенденции подготовки взрослых выдающихся спортсменов .....	79
4.4.1. Особенности спортивных биографий выдающихся спортсменов .....	79
4.4.2. Временные тенденции взаимосвязи тренировочных нагрузок и двигательного потенциала спортсменов мирового класса .....	82
4.4.3. Особенности психологической и физиологической адаптации .....	83
4.4.4. Особенности и некоторые аспекты работы тренера с талантливыми спортсменами .....	85
Заключение по главе .....	86
Литература к главе 4 .....	88
<b>Глава 5. Особенности подготовки и выявления таланта выдающихся спортсменов: данные исследования олимпийских чемпионов .....</b>	<b>90</b>
5.1. Характеристика участников и программа исследования .....	90
5.2. Первые занятия спортом и выбор главного вида .....	92

5.3. Общие черты и особенности предварительной подготовки .....	96
5.3.1. Общая характеристика тренировочного процесса выдающихся спортсменов во время их предварительной подготовки .....	96
5.3.2. Содержание тренировочного процесса на этапе предварительной подготовки .....	98
5.3.3. Внешние факторы подготовки: роль тренера и поддержка со стороны родителей .....	99
5.4. Лонгитудинальная направленность изменения показателя общих затрат времени на тренировочный процесс .....	99
5.4.1. Данные подготовки олимпийских чемпионов, представляющих «основную группу» .....	100
5.4.2. Данные подготовки трёх олимпийских чемпионов, представляющих спортивную гимнастику .....	102
5.4.3. Исключительный карьерный успех взрослых спортсменов .....	104
5.5. Результаты подготовки мировых звёзд спорта против теории десятилетней осознанной практики Эриксона .....	105
5.6. Ранние индикаторы специфической по виду спорта одарённости .....	109
Заключение по главе .....	112
Литература к главе 5 .....	114
<b>Глава 6. Оценка спортивного таланта выдающимися тренерами .....</b>	<b>115</b>
6.1. Общая характеристика респондентов и использованного опросного листа .....	115
6.2. Мнения и комментарии выдающихся тренеров-экспертов .....	116
6.3. Итоги и обсуждение мнений выдающихся тренеров .....	124
6.3.1. Существование ранних признаков спортивного таланта и их распознавание .....	124
6.3.2. Тренерские стратегии в развитии спортивного таланта и воспитании спортсменов .....	125
6.3.3. Итоги анализа мнений выдающихся тренеров о прогнозировании и реализации спортивного таланта .....	126

## Раздел 2.

### Результаты изучения феномена спортивного таланта в различных видах спорта

<b>Глава 7. Водные виды спорта на выносливость .....</b>	<b>131</b>
7.1. Плавание .....	131
7.1.1. Предрасположенность к плаванию на высоком спортивном уровне .....	131
7.1.2. Особенности одарённых 14-летних пловцов .....	134
7.1.3. Элитные пловцы .....	135

7.2. Гребля на байдарках и каноэ .....	137
7.2.1. Юные гребцы на байдарках и каноэ .....	138
7.2.2. Элитные каноисты и байдарочники .....	140
7.3. Академическая гребля .....	141
7.3.1. Академисты-юниоры .....	142
7.3.2. Элитные взрослые представители академической гребли .....	144
Заключение по главе .....	146
Литература к главе 7 .....	147
<b>Глава 8. Виды спорта на выносливость, осуществляемые на суше .....</b>	<b>149</b>
8.1. Бег на выносливость .....	149
8.1.1. Бегуны на выносливость юниорского возраста .....	149
8.1.2. Элитные взрослые бегуны на выносливость .....	151
8.2. Велоспорт .....	154
8.3. Лыжные гонки .....	156
8.3.1. Молодые лыжники .....	157
8.3.2. Элитные взрослые лыжники-гонщики .....	158
8.4. Триатлон .....	161
Заключение по главе .....	164
Литература к главе 8 .....	166
<b>Глава 9. Командные и парные виды спорта .....</b>	<b>168</b>
9.1. Футбол .....	168
9.1.1. Юные футболисты .....	168
9.1.2. Элитные взрослые футболисты .....	172
9.2. Баскетбол .....	175
9.3. Волейбол .....	177
9.3.1. Юные волейболисты .....	178
9.3.2. Элитные взрослые волейболисты .....	180
9.4. Гандбол .....	182
9.4.1. Юные гандболисты .....	182
9.4.2. Элитные взрослые гандболисты .....	183
9.5. Теннис .....	185
9.5.1. Юные теннисисты .....	186
9.5.2. Элитные взрослые теннисисты .....	189
Заключение по главе .....	191
Литература к главе 9 .....	193
<b>Глава 10. Единоборства .....</b>	<b>195</b>
10.1. Бокс .....	195
10.2. Дзюдо .....	197

## СОДЕРЖАНИЕ

---

10.3. Борьба .....	201
10.3.1. Высококвалифицированные молодые борцы .....	201
10.3.2. Элитные взрослые борцы .....	203
10.4. Фехтование .....	206
Заключение по главе .....	207
Литература к главе 10 .....	209
 <b>Глава 11. Скоростно-силовые и сложнокоординационные эстетические виды спорта</b> .....	211
11.1. Скоростно-силовые виды .....	211
11.1.1. Спринт .....	211
11.1.2. Метания .....	215
11.2. Гимнастика .....	218
Заключение по главе .....	223
Литература к главе 11 .....	224
 <b>Глава 12. Общие выводы и рекомендации</b> .....	225
12.1. Раннее выявление спортивной одарённости и спортивного таланта .....	225
12.2. Тренерская стратегия в развитии спортивного таланта .....	227
12.3. Рекомендации .....	229