**Физические, интеллектуальные и социальные качества у обучающихся**

**в игровых видах спорта.**

|  |
| --- |
| ***Инструктор – методист******МБУ ДО ФСН «Озёры»******Скопинцева А.В.*** |

В игровых видах спорта (волейбол, баскетбол, настольный теннис, шахматы) тренеры – преподаватели развивают различные качества, среди которых можно выделить:

- физические;

- интеллектуальные;

- социальные.

Развитие **физических качеств** в игровых видах спорта – это процесс, который осуществляется в процессе учебно – тренировочных занятий физическими упражнениями по специально разработанным методикам. Он представляет собой целостный процесс, объединяющий отдельные взаимосвязанные стороны совершенствования физических, функциональных и психологических возможностей обучающихся.

В игровой деятельности тренеры – преподаватели развивают такие **физические качества как**:

- *сила,* где степень развития мышц, позволяющая обучающемуся противодействовать внешним силам или воздействовать на них при помощи мышечного напряжения;

- *ловкость* – это быстрое и правильное овладение новыми движениями, рациональное перестроение двигательной деятельности в соответствии с изменяющимися обстоятельствами;

- *гибкость* – это степень подвижности отдельных частей тела, способствующая выполнению движений с максимальной амплитудой;

- *быстрота* – это способность перемещения обучающегося или движение отдельных частей тела с максимальной скоростью за минимально короткий промежуток времени;

- *выносливость* – это умение противодействовать утомлению при выполнении любых действий, длительное время выдерживать мышечную нагрузку без значительной потери мощности.

**Интеллектуальные качества** в игровых видах спорта - это способность к приёму и переработке информации, которая является ведущим индикатором успешности деятельности в игровых видах спорта.

В игровых видах спорта обучающиеся должны уметь *постоянно «видеть поле»,* выделять наиболее существенные признаки игровой ситуации, на основании которых осуществляется тактическое решение игровой задачи.

Интеллект в игровых видах спорта чаще всего реализуется в тактическом и оперативном мышлении.

Интеллектуальные качества, которые развиваются в играх:

 - *аналитическое мышление* – это умение анализировать поступившую информацию, разделяя её на логические и смысловые блоки, сравнивая и сопоставляя между собой отдельные фрагменты, определяя их взаимосвязи;

 - *логика* – это способность мыслить, рассуждать и анализировать в рамках формальной логики, делая верные и последовательные выводы;

 - *критическое мышление* – это умение противодействовать внушению и влиянию, исключая ошибочные идеи и ложные выводы путём критического анализа и оценки информации;

- *прогнозирование* – это формирование на основе имеющейся информации моделей будущего развития событий с учётом возможных альтернативных вариантов, позволяющее планировать дальнейшие действия;

 - *концентрация* – это способность продолжительное время удерживать внимание на решении конкретных задач, повышая эффективность умственной деятельности.

**Социальные качества** в игровых видах спорта — это процесс взаимодействия обучающихся во время тренировочных занятий, соревнований, где обучающиеся вынуждены друг с другом, обсуждать тактику и стратегию, а также решать проблемы чётко, грамотно и оперативно. В процессе игры они учатся слушать и понимать партнёров, выражать свои мысли и идеи чётко и убедительно, а также договариваться и находить компромиссы, понимать и принимать точки зрения других людей.

Кроме того, игры требуют командной работы, где каждый обучающийся должен выполнять свою роль и взаимодействовать с другими игроками, что способствует развитию навыков сотрудничества, доверия и взаимопомощи.

Социальные качества, которые развиваются в играх:

- *самостоятельность* – это умение принимать решения и действовать без помощи со стороны, особенно взрослых;

- *смелость* – это способность преодолевать собственные страхи;

- *ответственность* – это умение отвечать за свои поступки, принятые решения и действия в ходе игры;

- *уважение* – это способность уважать и учитывать мнения и желания окружающих.

Тренер – преподаватель развивает качества в игровых видах спорта, организуя обучающий процесс, который помогает развить необходимые технико-тактические навыки, улучшить психические функции, физические качества и личностные свойства обучающихся.

Некоторые способы, как тренер - преподаватель может развивать качества:

 - *индивидуальный подход*, где тренер - преподаватель работает с каждым игроком отдельно, выявляет его сильные и слабые стороны, разрабатывает индивидуальную программу тренировок;

 - *групповые занятия*, где тренировки проводятся в группах, что позволяет игрокам работать вместе, развивать командный дух, учиться взаимодействовать друг с другом;

 - *игровые упражнения* – это использование различных игровых упражнений для развития физических качеств игроков, таких как скорость, сила, выносливость, координация и гибкость;

 - *соревновательный метод* – это проведение соревнований и турниров между командами для мотивации игроков и улучшения их навыков;

 - *ролевые игры* – это использование игр для обучения техническим приёмам и тактическим схемам игры;

Таким образом, тренер - преподаватель стимулирует развитие лидерских качеств и умения работать в команде. Задания, требующие координации действий, а также роли капитанов команд помогают формировать эти навыки.