СЕРИЯ «ПРОФЕССИОНАЛАМИ НЕ РОЖДАЮТСЯ»

КНИГА 2

Анатолий Жигайлов

Талант или труд?

Как не застрять на полпути к мастерству



12 мифов о таланте — и что знает наука

5–8 КЛАСС

12+

НАЦИОНАЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА

Анатолий Жигайлов

Талант или труд? Как не застрять на полпути к мастерству

«Автор»
2026

Жигайлов А. В.

Талант или труд? Как не застрять на полпути к мастерству / А. В. Жигайлов — «Автор», 2026

«У меня нет таланта», «я застрял», «я уже опоздал» — на полпути к мастерству сходит большинство. Эта книга о том, как не сойти. Двенадцать глав разбирают двенадцать мифов о таланте: история шестиклассников Миши, Сони и Тимура, история великого мастера — от Моцарта до Маресьева — и то, что наука знает о тренировке, привычке и мозге. Главный вывод: талант вырастает из труда. Итог — подросток понимает, что выбирать между талантом и трудом не нужно: талант вырастает из труда. У него есть двенадцать формул мастерства и личный «План на полпути».Вторая книга серии «Профессионалами не рождаются» от Заслуженного учителя РФ Анатолия Жигайлова. Для подростков 5–8 класса.

© Жигайлов А. В., 2026
© Автор, 2026

Содержание

Прежде чем начать 8
Мы снова встретились 9
Талант — это от рождения? 10
«У меня нет таланта» 14
Конец ознакомительного фрагмента. 17

Анатолий Жигайлов
Талант или труд? Как не застрять на полпути к мастерству

ПРОФЕССИОНАЛАМИ НЕ РОЖДАЮТСЯ · КНИГА 2 · 5–8 КЛАСС
Анатолий Жигайлов
Талант или труд?
Как не застрять на полпути к мастерству



Национальная Академия Предпринимательства
Ставрополь · 2026
УДК 087.5:37.018
ББК 74.200.5
Ж68

Жигайлов, А. В. Талант или труд? : как не застрять на полпути к мастерству / А. В. Жигайлов. — Ставрополь : А. В. Жигайлов, 2026. — 87 с. : ил. — (Профессионалами не рождаются ; кн. 2). — Текст : электронный.

ISBN 978-5-6030586-4-1



«У меня нет таланта», «я застрял», «я уже опоздал» — на полпути к мастерству сходит большинство. Эта книга о том, как не сойти. Двенадцать глав разбирают двенадцать мифов о таланте: история шестиклассников Миши, Сони и Тимура, история великого мастера — от Моцарта до Маресьева — и то, что наука знает о тренировке, привычке и мозге. Главный вывод: талант вырастает из труда. В результате подросток знает, как не застрять и пройти свои «полпути» до мастерства. Для подростков 5–8 класса.

12+

© Жигайлов А. В., 2026

© Национальная Академия Предпринимательства, оформление, 2026

Содержание

Прежде чем начать 4

Мы снова встретились 6

Глава 1. Талант — это от рождения? 8

Глава 2. «У меня нет таланта» 15

Глава 3. Мозг можно вырастить 21

Глава 4. «Повторять скучно» 26

Глава 5. «Я застрял» 32

Глава 6. «Не хочется» 38

Глава 7. Тот, кто подскажет 44
Глава 8. Чужой успех 50
Глава 9. «Я провалился» 55
Глава 10. «Я уже опоздал» 61
Глава 11. Характер сильнее таланта 67
Глава 12. Талант вырастает из труда 73
Мысли, которые ведут к мастерству 79
Мой план на полпути 81
Родителям — одна страница 82
Следующий шаг 83
Об авторе 85

Прежде чем начать

Тебе одиннадцать, двенадцать, тринадцать или четырнадцать лет. Первые успехи уже позади: ты чему-то научился в спорте, музыке, рисовании, программировании. А настоящее мастерство ещё далеко. И именно здесь, на полпути, звучат фразы: «у меня нет таланта», «мне это не дано», «я застрял», «я уже опоздал».

Больше пятидесяти лет я работаю с детьми, из них более тридцати — с одарёнными. И знаю точно: на полпути сходит большинство. Не потому, что не способны. А потому, что поверили в миф.

Для кого эта книга. Для школьников 5–8 класса, у которых есть любимое дело — или которые его пока ищут. Для тех, кому хоть раз хотелось всё бросить, потому что «у других получается легче».

Чем она полезна. Двенадцать глав честно, без сказок про «волшебную таблетку», разбирают двенадцать мифов о таланте. В каждой — история Миши, Сони и Тимура (теперь они шестиклассники, и у каждого свой трудный год), история великого мастера — от Моцарта до Маресьева — и то, что выяснили учёные о тренировке, привычке и мозге. А ещё — проверка «на себе», которую можно сделать в тот же день.

На что она работает. На четыре цели, которые стоит поставить себе уже сейчас: найти и раскрыть свою суперсилу, превращать идеи в результаты, закалять характер и развивать мышление, стать мастером своего дела. Как именно книга к ним ведёт — в первой главе.

Что ты получишь. Двенадцать формул мастерства, свой «План на полпути» и ответ на вопрос из названия. Подскажу: выбирать между талантом и трудом не нужно. Талант вырастает из труда.

Анатолий Жигайлов

Заслуженный учитель Российской Федерации, кандидат педагогических наук

Мы снова встретились



Если ты читал книгу «Я тоже смогу!», ты уже знаешь Мишу, Соню и Тимура. Тогда они были второклассниками и учились вкручивать крошечные винтики в мастерской Сониного дедушки, Степана Ильича. Если не читал — ничего страшного, знакомься.

Степан Ильич — часовщик. Да не простой: в его мастерскую везут старинные и редкие часы со всей России и из других стран, его знают и приглашают мастера Швейцарии и всей Европы, к нему приезжают учиться часовщики из разных городов. А для ребят он по-прежнему просто Степан Ильич — с чаем, печеньем и историями, после которых хочется горы свернуть.

Миша по-прежнему всё делает быстро. Шестой год играет в футбол и мечтает об основном составе. **Соня** по-прежнему боится ошибиться. В этом году она пошла в художественную школу. **Тимур** когда-то был уверен, что у него «ничего не получается». Теперь он пропадает в кружке робототехники. В кармане у него до сих пор лежит кривая шестерёнка — подарок Степана Ильича.

Им по двенадцать лет, они в шестом классе, и у них общий чат «Шестерёнки». А ещё у каждого из них в этом году будет своё «полпути» — место, где очень захочется бросить.

Эта книга — о том, как не застрять на полпути.

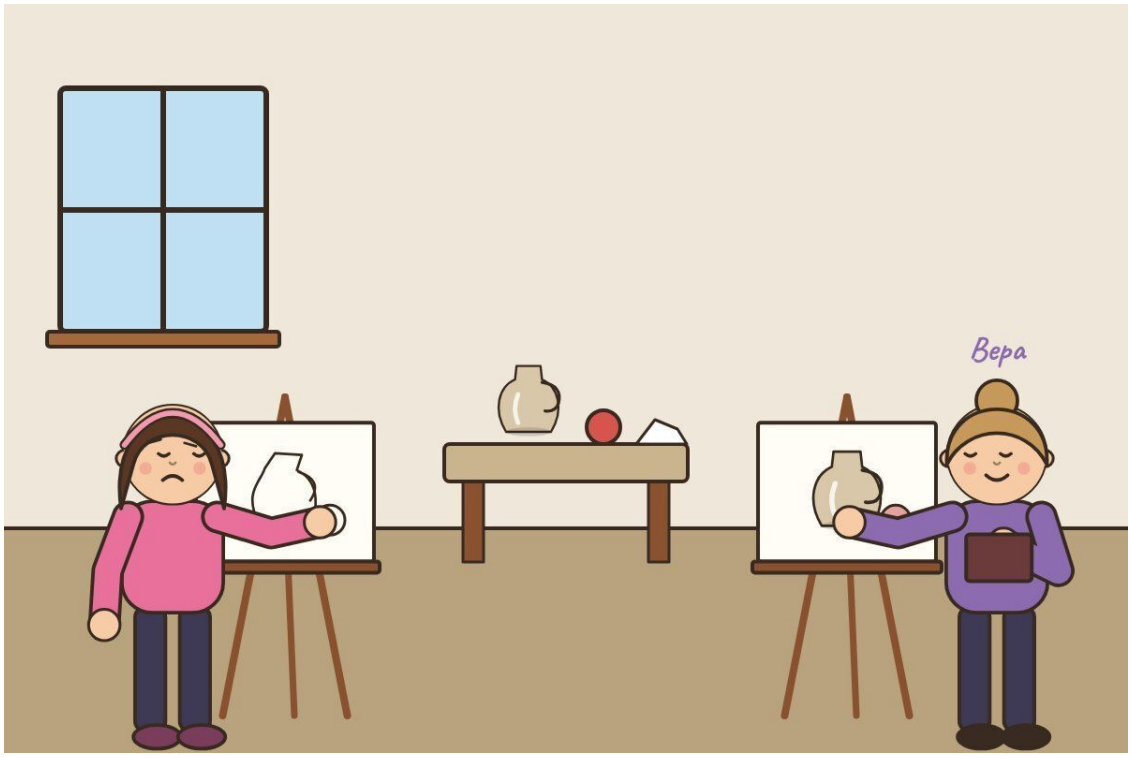
ГЛАВА 1 · СЕНТЯБРЬ

Талант — это от рождения?

МИФ
«Одним дано, другим нет. Талант либо есть, либо его нет — и тут ничего не поделаешь».

● ТЕМ ВРЕМЕНЕМ У НАС
Первое занятие в художественной школе Соня запомнила надолго.

Преподаватель поставил на стол кувшин, яблоко и смятую салфетку и сказал: «Сорок минут. Карандаш». Соня старалась изо всех сил. Кувшин у неё получился кривоватым, яблоко — плоским, а салфетка вообще была похожа на кусок пиццы.



А потом она заглянула в рисунок девочки за соседним мольбертом. Девочку звали Вера. Её кувшин был… настоящим. Круглым, тяжёлым, с бликом на боку. Казалось, его можно взять в руки.

— Ого, — сказал преподаватель, проходя мимо Веры. И больше ничего. Но таким голосом, что Соне захотелось провалиться сквозь пол.

Вечером в чате «Шестерёнки» было жарко.

 # Шестерёнки Миша, Соня, Тимур

Соня
там девочка рисует как настоящий художник. в 12 лет. я рядом с ней как детсадовец

Миша

значит у неё талант. повезло. у нас в команде тоже есть один такой, ему мяч сам в ногу прилетает

Соня
вот и я думаю. ей дано, а мне нет. может зря я пошла

Тимур
а ты видела, сколько она рисовала до этого?

Соня
при чём тут это. талант же от рождения

Тимур
а твой дедушка тоже родился мастером? помнишь коробку с кривыми шестерёнками?

Соня не ответила. Она вспомнила, что у Веры был с собой толстый альбом с потёртыми углами. Вера не выпускала его из рук всё занятие. Что там внутри, Соня не знала.

Узнает она это только весной.

● ИСТОРИЯ МАСТЕРА

Вольфганг Амадей Моцарт: чудо, у которого был учитель

Если нужен пример таланта «от рождения», обычно вспоминают Моцарта. В пять лет он сочинял первые небольшие пьесы, в шесть уже выступал перед королями Европы. Разве это не чудо?

Давай посмотрим внимательнее. Отец Моцарта, Леопольд, был профессиональным музыкантом и известным педагогом: в год рождения сына вышла его книга о том, как учить игре на скрипке. Леопольд начал заниматься музыкой со старшей дочерью, а трёхлетний Вольфганг сидел рядом и слушал. Вскоре занятия начались и у него — каждый день, годами, под руководством одного из лучших учителей своего времени.

Первые сочинения маленького Моцарта записывал отец, и историки до сих пор спорят, сколько в них подправлено отцовской рукой. А многие исследователи считают, что по-настоящему великие произведения Моцарт создал ближе к двадцати годам — к тому времени за его плечами было больше пятнадцати лет ежедневных занятий.

Так что же такое Моцарт — чудо? Скорее мальчик, который начал очень рано, занимался очень много и учился у очень хорошего учителя. Чудо, у которого был учитель.

● КАК ЭТО РАБОТАЕТ

Психологи провели знаменитое исследование в одной из лучших музыкальных академий Европы. Профессора академии разделили студентов-скрипачей на три группы: лучшие — будущие солисты, просто хорошие скрипачи и те, кто готовился стать учителем музыки. Исследователи подробно расспросили каждого, сколько часов он занимался с самого детства.

Вот что получилось к восемнадцати годам:



Разница между группами — не в «искре от рождения», а в тысячах часов. Причём часов особенных: лучшие больше всего занимались **в одиночку, над самыми трудными местами**, с ясной целью на каждое занятие. А ещё они больше спали — в том числе днём. Мастерство требует сил.

Позже из этого исследования выросло популярное «правило 10 000 часов». Но сами авторы исследования с ним спорили: волшебного числа нет, важно не только сколько ты занимаешься, но и как. Об этом — в главе 4.

Честно скажем: учёные до сих пор спорят, какую роль играют врождённые особенности. Рост помогает в баскетболе, хороший слух — в музыке. Но в одном исследователи сходятся: **без тысяч часов правильных занятий мастером не становится никто.** Ни одного скрипача, который стал бы лучшим «просто так», в той академии не нашлось.

● ПРОВЕРЬ НА СЕБЕ

Посчитай свои часы

Возьми своё любимое дело и посчитай:

лет занимаюсь × занятий в неделю × часов за занятие × 40 недель в году

Пример Миши: 6 лет × 3 тренировки × 1,5 часа × 40 недель = **1 080 часов**.

А теперь подумай: сколько из этих часов были настоящей тренировкой, а сколько ты просто «отбывал»?

ФОРМУЛА ГЛАВЫ

« За „талантом“ почти всегда стоят тысячи часов, которых никто не видел »

Соня в тот вечер всерьёз думала, не бросить ли художественную школу. Может быть, и ты стоишь перед таким выбором. Прежде чем решать, посмотри, ради чего стоит пройти полпути. Это четыре цели, на которые работает вся книга.

 # ЧЕТЫРЕ ЦЕЛИ, РАДИ КОТОРЫХ СТОИТ ПРОЙТИ ПОЛПУТИ

1. Найти и раскрыть свою суперсилу. Суперсила — не готовый подарок при рождении, а семечко: оно есть у каждого, но вырастает только от труда. Главы 1–3 покажут, как его разглядеть и почему «у меня нет таланта» почти всегда неправда.

2. Превращать идеи в результаты. Мечтать умеют все, доводить до конца — единицы. Главы 4, 6 и 12 научат тренироваться осознанно и держаться на привычке, а не на настроении.

3. Закалять характер и развивать мышление. Плато, провал, зависть, «не хочется» — главные ловушки полпути. Главы 5, 7, 8, 9 и 11 дадут инструменты, чтобы из них выбраться и стать сильнее.

4. Стать мастером своего дела. Мастерами не рождаются — ими становятся, и «поздно» почти никогда не бывает. Главы 10 и 12 покажут путь к мастерству целиком.

ГЛАВА 2 · ОКТЯБРЬ

«У меня нет таланта»

МИФ

«Раз не получается сразу — значит, не моё. Талантливым всё даётся легко».

● ТЕМ ВРЕМЕНЕМ У НАС

В октябре тренер Мишиной команды вывесил на двери раздевалки листок. Состав на городской турнир. Шестнадцать фамилий.

Миша прочитал листок один раз. Потом второй. Потом третий — медленно, по буквам, как будто от этого что-то могло измениться.



Его фамилии там не было.

В раздевалке ребята шумели, хлопали друг друга по плечам. Миша молча переобулся и ушёл, не дожидаясь конца тренировки. Шесть лет. Шесть лет он играл в этой команде. И в первый раз его не взяли на настоящий турнир.

Вечером он написал в чат.

 # Шестерёнки Миша, Соня, Тимур

Миша
всё. меня не взяли в состав. бросаю футбол

Соня
миш, ты чего. ты же шесть лет играешь

Миша
вот именно. шесть лет и всё равно не взяли. значит нет у меня таланта. кирюху взяли, он вообще второй год играет. ему просто дано

Тимур
а тренер что сказал?

Миша
сказал что у меня скорость есть а голова не работает. что я бегу туда, где мяч, а не туда, где он будет

Тимур
так это же не про талант. это про то, чему можно научиться

Миша
тебе легко говорить. ты своих роботов любишь, у тебя получается

Тимур
у меня в сентябре робот три раза врезался в стену на демонстрации. при всём кружке

Миша не ответил. Он лежал на кровати и смотрел в потолок. Было так обидно, что даже злиться не получалось.

Через час пришло сообщение от Сони. Не в общий чат, а лично.

 # Шестерёнки Миша, Соня, Тимур

Соня
дедушка просил передать. он сказал: «скажи мише, что меня в первый раз тоже никуда не взяли. и во второй тоже». и ещё сказал, чтобы ты прочитал про джордана

— Про какого ещё Джордана? — пробормотал Миша. Но телефон всё-таки взял.

● ИСТОРИЯ МАСТЕРА

Майкл Джордан: мальчик, которого не взяли

Майкла Джордана называют величайшим баскетболистом в истории. Шесть раз он становился чемпионом лучшей баскетбольной лиги мира, два раза — олимпийским чемпионом. Казалось бы — вот он, талант от рождения.

Но в пятнадцать лет, когда Майкл учился в старшей школе в американском городе Уилмингтоне, тренер не взял его в главную школьную команду. Майкла оставили в младшей. Он был невысоким для баскетбола, и тренер решил, что другие игроки сейчас полезнее.

Потом Джордан не раз рассказывал, как пришёл домой, закрылся в комнате и плакал. А на следующее утро пошёл тренироваться. Он приходил в спортзал раньше всех и уходил позже всех. Он тренировал броски сотнями, пока руки не начинали дрожать.

Через год Майкл вырос сразу на несколько сантиметров — и вырос как игрок. Его взяли в главную команду. Дальше был университет, потом профессиональная лига, а потом — история.

Сам Джордан говорил, что тот отказ стал для него топливом. Каждый раз, когда ему хотелось сбавить темп на тренировке, он вспоминал листок со списком, где не было его имени.

● КАК ЭТО РАБОТАЕТ

Психологи много лет изучали, почему одни школьники после неудачи сдаются, а другие начинают стараться сильнее. Они обнаружили, что всё зависит от того, как человек думает о своих способностях.

Установка «данность»
• Способности даны от рождения, их не изменить.
• Неудача = «я не способен».
• Трудное лучше обходить: вдруг опозорюсь.
Установка «рост»
• Способности растут от усилий — как мышцы.
• Неудача = «я этому пока не научился».
• Трудное — это тренировка.

В одном из исследований учёные следили за семиклассниками обычной школы. У тех, кто думал о своих способностях как о данности, оценки по математике за два года понемногу снижались. А у тех, кто верил, что способности растут, — наоборот, росли.

Потом учёные провели опыт. Части школьников рассказали на нескольких занятиях, что мозг похож на мышцу: он становится сильнее, когда решаешь трудные задачи. Другой части рассказали просто о том, как работает память. У первых падение оценок остановилось и сменилось ростом. У вторых — нет.

Важная оговорка: позже другие учёные проверяли эти выводы на тысячах школьников и обнаружили, что одной лишь беседы об «установке на рост» мало, и эффект часто бывает небольшим. **Сама по себе вера в рост ничего не тренирует.** Но она помогает не бросить — а это первое условие, чтобы вообще начать расти.

● ПРОВЕРЬ НА СЕБЕ

Найди своё «пока»

Вспомни дело, которое у тебя сначала не получалось, а теперь получается. Это может быть что угодно: кататься на велосипеде, решать уравнения, печь блины.

Ответь на три вопроса:

1. Сколько времени прошло от «не получается» до «получается»?
2. Что именно ты делал всё это время?
3. Где бы ты был сейчас, если бы бросил в первую же неделю?

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.