

ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ ДОУ

НА ТЕМУ:

**«Закономерности формирования
двигательных навыков у ребенка в
процессе обучения».**



Автор:

Котьякина Татьяна Анатольевна
инструктор по физической культуре
первой квалификационной категории
МБДОУ д/с №2 г. Курлово.

«Закономерности формирования двигательных навыков у ребенка в процессе обучения».

Обучение ребенка движениям осуществляется в соответствии с закономерностями формирования двигательных умений и навыков. Они условно представляют собой последовательный переход от знаний и представлений о действии к умению выполнять его, а затем от умения к навыку.

Формирование двигательного навыка проходит три стадии:

1 стадия - короткая по времени, она направлена на создание первоначального умения. Знакомясь с новым движением, ребенок испытывает неуверенность, у него появляются лишние движения, неточность их воспроизведения в пространстве и во времени, напряженность мускулатуры;

2 стадия - более продолжительная по времени, она характеризуется многократной повторяемостью движения, в результате чего правильность разучиваемого движения постепенно улучшается. Происходит уточнение отдельных двигательных рефлексов и всей системы в целом. На этой стадии ребенок проявляет большую осознанность задач и своих собственных действий. Образование двигательных навыков на этой стадии происходит волнообразно. Ребенок то легко, свободно выполняет двигательное действие, то, по прошествии времени, как будто впервые выполняет его. Постепенно происходит уточнение и совершенствование двигательных умений. В коре головного мозга образуется система временных связей - динамический стереотип.

3 стадия - стабилизация навыка, уточнение динамического стереотипа. Ребенок овладевает навыком. Его движения становятся экономичными, свободными, точными и раскованными. Ребенок осознает динамическую

задачу, творчески использует движение в игровой и жизненной ситуации. Он варьирует движение, переносит его в новые ситуации.

Быстрота и прочность формирования двигательных навыков зависит от многих причин.

- Приобретенные ранее навыки могут облегчать или затруднять формирование нового навыка. Положительное взаимодействие навыков («положительный перенос») происходит в тех случаях, когда в техники движения есть сходство (например, приземление в прыжках с высоты, в высоту с места и с разбега). «Отрицательный перенос» может возникать при одновременном разучивании движений, имеющих различные конечные фазы. Поэтому нельзя, например, обучать на одном занятии приземлению после прыжков в длину и в высоту с разбега. По мере упрочнения двигательных навыков появляется возможность преодолеть их отрицательное взаимодействие.
- Формирование двигательных навыков происходит в единстве с развитием физических качеств. Например, с развитием силы, быстроты в прыжках, метании улучшается техника их выполнения и повышаются количественные показатели.
- Продолжительность формирования двигательного навыка зависит от сложности упражнения, например скоростно-силовые ациклические движения (прыжки, метание), связанные с точностью распределения мышечных усилий в пространстве и во времени, требуют длительного срока.
- Формирование двигательного навыка зависит от правильного подбора методов и приемов обучения.
- На скорость образования двигательных навыков влияет психологическая установка (осознание поставленных задач,

мотивов деятельности), а также положительные эмоции на занятиях.

Используемая литература:

1. Д. В. Хухлаева «Методика физического воспитания в дошкольных учреждениях»;
2. Э. Я. Степаненкова «Методика физического воспитания».