

# Методика обучения двигательным действиям

---



Лектор – к.п.н., советник Российской академии естествознания,  
член Международной академии естествознания Ю.В.Смирнова

**Способность человека приобретать  
знания и овладевать умениями,  
навыками называют  
ОБУЧАЕМОСТЬЮ.**

**Способность к обучаемости обусловлена  
следующими факторами:**

- сложностью упражнения;
- двигательной одаренностью;
- накопленным опытом;
- эффективностью применяемых методов обучения;
- активностью занимающихся.



# ЭТАПЫ ОБУЧЕНИЯ

- **начального обучения;**
- **углубленного разучивания;**
- **закрепления и совершенствования.**





# Начальный этап обучения

Цель: сформировать умение выполнять основу техники двиг. действия

1. Создание общего представления об упражнении
2. Восстановить предшествующий опыт
3. Разучить основы техники двигательного действия (предупредить грубые ошибки)

- яркая, эмоциональная демонстрация
- рассказ и образное объяснение
- опробывание упражнения.

Основной метод обучения – целостный, расчлененный

# Этап углубленного разучивания

Цель: сформировать умение выполнять  
двигательное действие в объеме технических  
требований

- 1 Углубить понимание техники дв. действия (исправлять ошибки и предупреждать их возникновение).
2. Последовательно разучить детали техники дв. действия ( сводится к более точному выполнению двигательных действий, совершенствованию ритма, свободного и слитного выполнения упражнения)
3. Добиться слитного выполнения действия в объеме требований техники.

Основной метод обучения –раздельный и целостный.

Разделение движения на части происходит в случае уточнения его деталей или появления типичных ошибок.

## Этап

### закрепления и совершенствования

Цель; закрепить умение в навык и сформировать  
способность выполнять действие в условиях его

практического применения

1. Закрепление двигательного навыка
2. Совершенствование упражнения
3. Формировать дополнительные варианты техники и совершенствовать индивидуальные.
4. Совершенствовать действие при повышающихся волевых и физических усилиях.

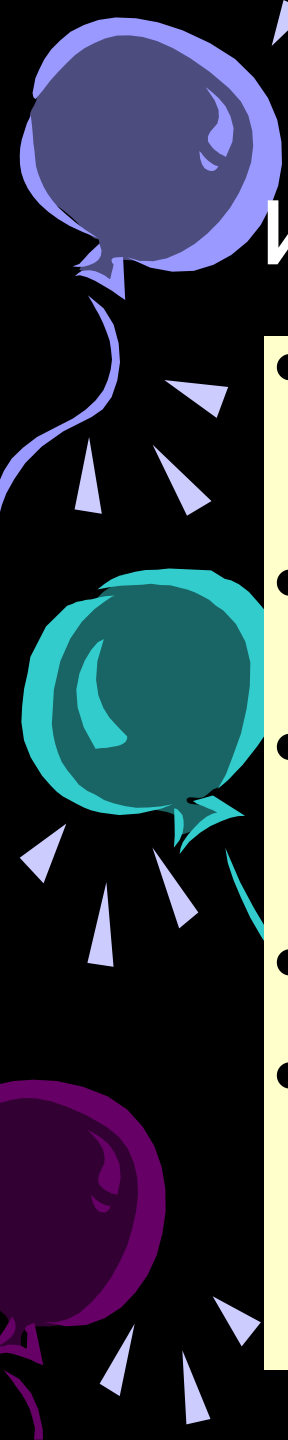
**Ведущую роль приобретает повторный метод, а также соревновательный и игровой и вариативный.**



# «Игры-путешествия»

**«Игры-путешествия» - сюжетные занятия включают все упражнения разделов программы «Танцевально-игровой гимнастики».**

Данный материал служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, помогает сплотить ребят, дает возможность стать кем мечтаешь, побывать где захочешь и увидеть что пожелаешь.



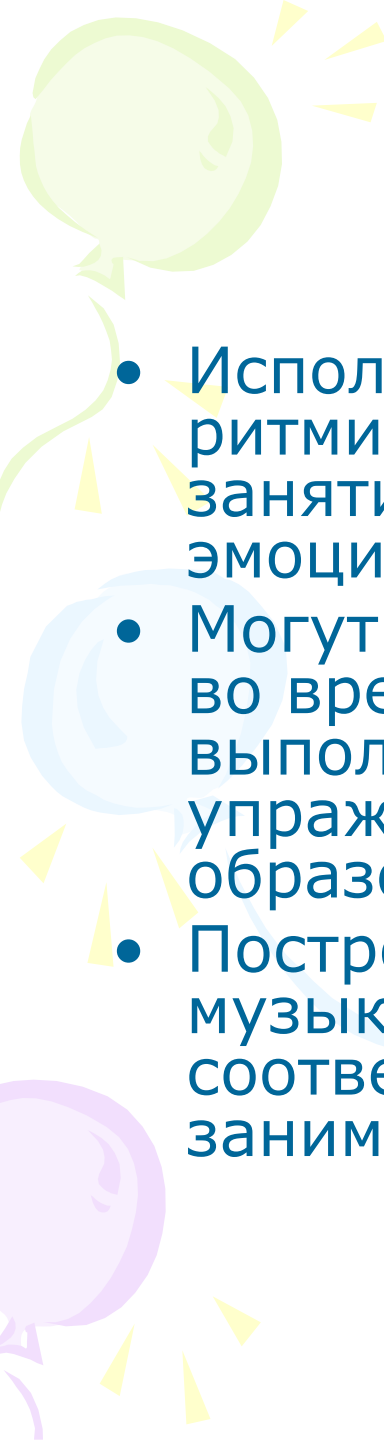
# Сюжетные занятия имеют ряд преимуществ:

- -сюжетные занятия помогают быстрее раскрыть и раскрепостить ребенка, преодолеть психологический барьер (боязнь, неуверенность в себе и т.д.)
- - при таких занятиях упражнения запоминаются значительно быстрее, так как являются имитационно - подражательными;
- - сюжетные занятия активизируют двигательную деятельность детей, что способствуют эффективному развитию у них двигательных способностей,
- - правила проведения сюжета на занятии дисциплинируют и организуют занимающихся;
- - в процессе сюжетного занятия дети получают большее моральное, эстетическое удовольствие и с интересом выполняют физические упражнения, творческие задания.

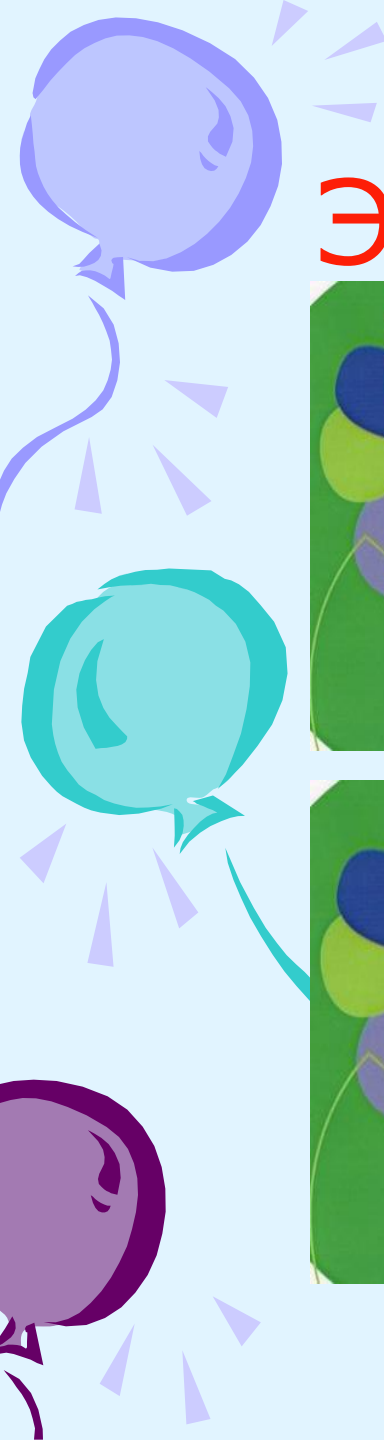


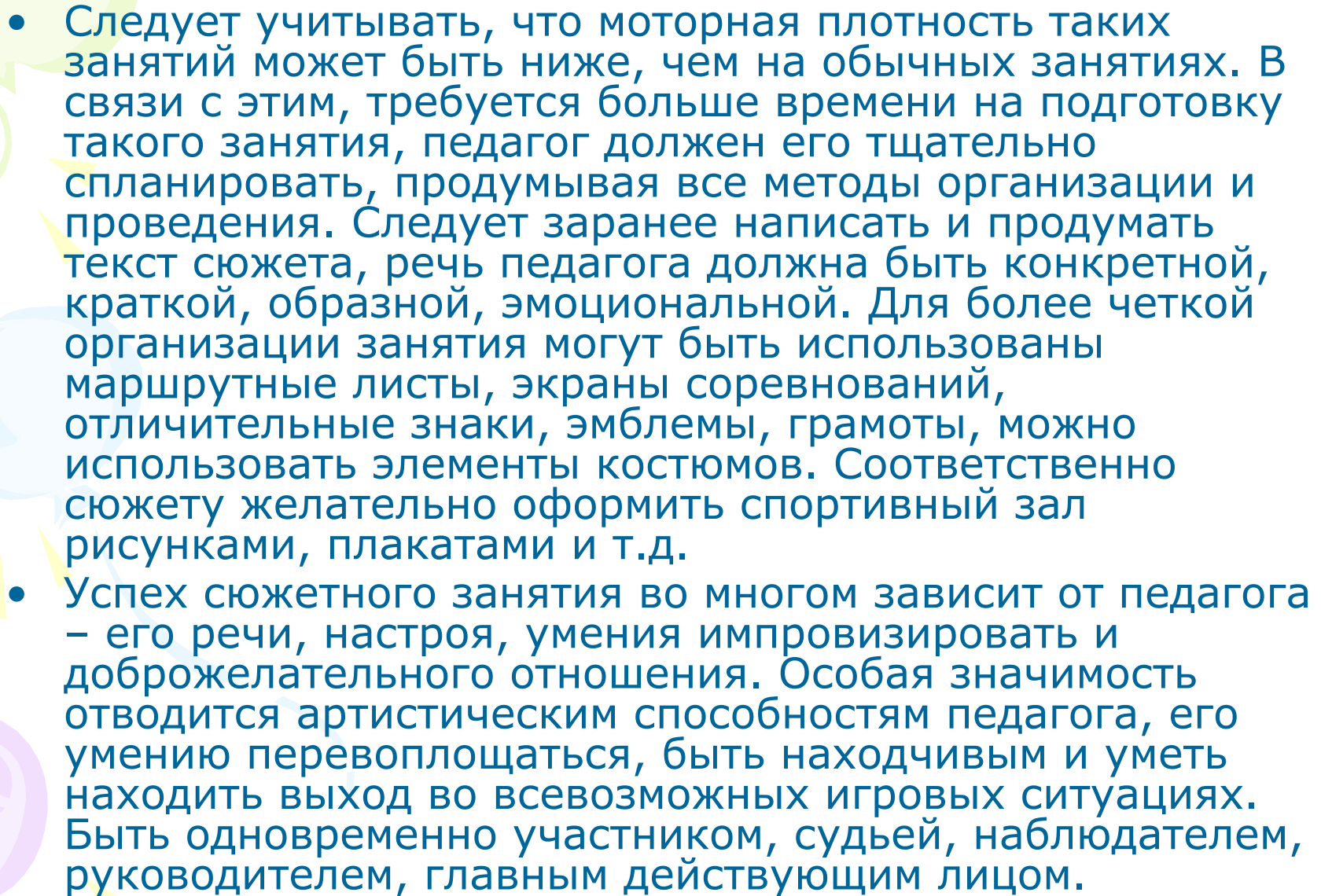


Материал сюжетных занятий служит основой для закрепления умений и навыков, приобретенных ранее, развивает воображение, творческие способности, познавательную активность, дает возможность к самовыражению, способствует проявлению инициативы, творческой индивидуальности, помогает сплотить ребят. При проведении сюжетных занятий используются приемы подражания, образные сравнения, ролевые ситуации, соревновательные моменты, которые подчинены определенному сюжету и направлены на решение его основных задач. Это облегчает процесс обучения упражнений, повышает эмоциональный фон занятия.

- 
- Используется специально подобранная, ритмичная музыка, соответствующая сюжету занятий, что вызывает у детей положительные эмоции.
  - Могут включаться творческие задания, игры, во время которых педагог предлагает выполнить цепь последовательных упражнений, создавая ряд знакомых ребенку образов и воображаемую ситуацию
  - Построение сюжета занятия и подбор музыкального произведения должно соответствовать возрастным особенностям занимающихся.

# Экраны соревнований



- 
- Следует учитывать, что моторная плотность таких занятий может быть ниже, чем на обычных занятиях. В связи с этим, требуется больше времени на подготовку такого занятия, педагог должен его тщательно спланировать, продумывая все методы организации и проведения. Следует заранее написать и продумать текст сюжета, речь педагога должна быть конкретной, краткой, образной, эмоциональной. Для более четкой организации занятия могут быть использованы маршрутные листы, экраны соревнований, отличительные знаки, эмблемы, грамоты, можно использовать элементы костюмов. Соответственно сюжету желательно оформить спортивный зал рисунками, плакатами и т.д.
  - Успех сюжетного занятия во многом зависит от педагога – его речи, настроения, умения импровизировать и доброжелательного отношения. Особая значимость отводится артистическим способностям педагога, его умению перевоплощаться, быть находчивым и уметь находить выход во всевозможных игровых ситуациях. Быть одновременно участником, судьей, наблюдателем, руководителем, главным действующим лицом.

**БЛАГОДАРЮ  
ЗА ВНИМАНИЕ**

