

ОБУЧЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫМ ДЕЙСТВИЯМ

ЛЕКЦИЯ

ПЛАН ЛЕКЦИИ:

- 1. Введение
- 2. Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения
- 3. Структура процесса обучения двигательным действиям
- 4. Предупреждение и исправление ошибок

Введение

Обучение – составная часть педагогического процесса

Обучение осуществляется при взаимодействии педагога и ученика

Деятельность педагога называется преподаванием, деятельность ученика – учением

- Функции педагога – передача знаний, умений, навыков, руководство процессом их усвоения, развития и воспитания занимающихся
- Функции учеников – восприятие, осмысление, переработка знаний, накопление двигательного опыта

- Специфика обучения в физическом воспитании состоит в том, что основным предметом являются разнообразные двигательные действия. При их освоении формируются знания, двигательные умения и навыки, необходимые во всех сферах человеческой деятельности

- Способность человека приобретать знания и овладевать умениями и навыками называется **обучаемостью**

Факторы, влияющие на успешность обучаться:

- ✓ Сложность упражнения (количество движений фаз, его ритмическая структура);
- ✓ Двигательная одаренность;
- ✓ Двигательный опыт;
- ✓ Возраст и пол;
- ✓ Выбор методов и активность самого занимающегося

Формирование знаний, двигательных умений и навыков как процесс и результат обучения

- Каждое двигательное действие состоит из движений. Двигательный акт производится с определенными взаимосвязями сил (внешних и внутренних) и приводит к изменению положения тела в пространстве и во времени.

В процессе обучения двигательным действиям человек должен овладеть их ***кинематическими, динамическими и ритмическими параметрами***

Овладение двигательным действием начинается с формирования системы знаний о технике и вариантах ее выполнения

Знания:

- ***Наглядно-чувственные знания***

Они выступают в форме различных представлений (зрительных, слуховых, вестибулярных, осязательных). На основе представлений формируется общий образ изучаемого действия

Словесно –логические знания

Они выступают в форме понятий, законов и закономерностей, теорий и способствуют глубокому познанию сущности техники физических упражнений (осмысливаются, закрепляются в памяти и применяются на практике)

Двигательные умения и навыки

- **Двигательное умение** – это такой уровень овладения двигательным действием, при котором управление движениями осуществляется при активной роли сознания (мышления)
- **Двигательный навык** – это такая степень владения действием, при которой управление движениями происходит автоматизировано, т.е. не требуется специально направленного на них внимания

Структура процесса обучения двигательным действиям

Последовательность процесса обучения двигательным действиям

НАЗВАНИЕ ЭТАПОВ		
1	2	3
начальное разучивание	углубленное разучивание	закрепление и совершенствование
ЦЕЛИ ЭТАПОВ		
Сформировать умение выполнять основу двигательного действия	Сформировать умение выполнять двигательное действие в объеме намеченных технических требований	Закрепить умение в навык, сформировать способность выполнять действие в условиях его практического применения

		Наименование этапов		
Цель этапа		I. Начальное разучивание	II. Углубленное разучивание	III. Закрепление и совершенствование
				Сформировать умение выполнять основу техники двигательного действия.
Задачи, решаемые на этапах	1. Создать общее представление о двигательном действии и установку на овладение им	1. Углубить понимание закономерностей техники изучаемого действия и значения ее частей, предупредить возникновение значительных ошибок	1. Закрепить в необходимой мере технику двигательного действия	
	2. Восстановить предшествующий опыт выполнения действий, близких по технике вновь изучаемому	2. Последовательно разучить общие детали и усовершенствовать пространственные, временные и динамические характеристики техники действия	2. Совершенствовать изучаемое действие в соединениях с другими двигательными действиями	
	3. Разучить звенья основы техники, не освоенные ранее, предупредить возникновение грубых ошибок	3. Добиться слитного выполнения действия в полном объеме изученных технических требований в условиях, позволяющих обучаемым концентрировать внимание на технике двигательного действия	3. Сформировать дополнительные варианты техники для целесообразного выполнения действия в различных внешних условиях и ситуациях	
	4. Добиться выполнения основы техники двигательного действия в целом		4. Совершенствовать индивидуальные детали техники двигательного действия	
				5. Совершенствовать выполнение действия при повышающихся волевых и физических усилиях, вплоть до максимальных

Предупреждение и исправление ошибок

Отклонение фактической техники от заданного образца может быть различной.

К ошибкам относят как невыполнение или существенное искажение частей двигательных действий, так и малоэффективные движения

Три группы ошибок:

- ✓ Грубые, значительные и незначительные;
- ✓ Стабильные и нестабильные;
- ✓ Типичные и нетипичные

Возможные меры предупреждения ошибок

- Соблюдение закономерностей формирования двигательных навыков, принципов дидактики и управления при планировании и осуществлении процесса обучения двигательным действиям
- Подбор средств, методов и приемов решения частных учебных задач в строгом соответствии с этапом процесса обучения
- Словесный отчет занимающихся о своих движениях и действиях
- Создание обстановки неотвратимости проверки и оценивания результатов

Пути исправления ошибок

- Вначале исправляются грубые ошибки, нарушающие структуру физического упражнения. После этого устраняются ошибки, снижающие эффективность действия (значительные и незначительные). Не следует исправлять несколько ошибок

	Причина	Путь устранения
	Неправильное представление	Разъяснить, повторить, нарисовать, показать, продемонстрировать наглядные пособия
	Недостаточная физическая подготовленность общая	Выявить какого качества недостает для повышения функциональных возможностей, разработать программу
	Недостатки волевой подготовленности (решительность, боязнь, неуверенность в своих силах)	Выяснить причину, облегчить выполнение, обеспечить безопасность, улучшить страховку, более тщательно подбирать спарринг-партнеров, увеличить количество соревнований
	Нарушение последовательности обучения	Изменить последовательность обучения, возвратиться к предыдущему материалу
	Отрицательный перенос навыков	Временное прекращение - отдых. Усвоить более трудное упражнение, но сходной структуры. Применить ориентиры.
	Создание неправильной доминанты, которая направляет внимание и действие ученика	Дать отдых. Переключить внимание на суть задания или совершенно другое задание. Устранить раздражитель, создающий неправильную доминанту путем более сильного раздражителя
	Утомление	Дать отдых
	Неблагоприятные условия выполнения упражнения	Устранить недостатки (сменить инвентарь, постепенно приучать к неблагоприятным условиям)



