

ЭТАП НАЧАЛЬНОГО РАЗУЧИВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНОГО ДЕЙСТВИЯ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ УЧАЩИХСЯ

А.А. Коржевский

УО «Мозырский государственный педагогический университет им. И.П. Шамякина»

Аннотация. В статье предложены пути повышения эффективности разучивания двигательного действия в физическом воспитании учащихся.

Ключевые слова: умения, навыки, средства, методы, двигательная активность, мотивация, адаптация.

Введение. Одной из основных сторон физического воспитания, как и любого другого педагогического процесса, является обучение. Общая суть совместной деятельности преподавателя и обучаемых раскрывается, как известно, в дидактике – одном из важнейших разделов педагогики. Наряду с общедидактическими положениями обучение в процессе физического воспитания характеризуется своими особенностями. Они определяются прежде всего тем, что специфическим предметом обучения здесь являются двигательные действия, и обучение этим действиям строится в соответствии с закономерностями формирования двигательных умений и навыков.

Обучение двигательным действиям необходимо рассматривать как один из видов познавательной деятельности человека. Это высокоорганизованный педагогический процесс, направленный на приобретение знаний, умений и навыков, развитие умственных и духовных способностей занимающихся.

Цель исследования – изучить особенности характеристики этапа начального разучивания двигательного действия в физическом воспитании.

Методы исследования: анализ методической литературы по данной теме; изучение педагогического опыта; педагогическое наблюдение за занимающимися.

Обучение на этапе начального разучивания двигательного действия ориентировано в целом на становление основ умения осуществлять разучиваемое действие.

Задачи, решаемые на этапе:

1. Осмыслить двигательную задачу, преобразовать зрительно-логическое понятие о методе ее решения.

2. Изучить инструкцию по становлению ориентировочных основ действия (ООД):

а) обозначить основные опорные точки (ООТ) в наблюдаемом двигательном действии,

б) обозначить (осмыслить) ООТ в исполняемом двигательном действии,

в) преобразовать двигательные представления о действии в каждой ООТ.

В зависимости от способа освоения структуры двигательного действия в процессе разучивания применяются следующие методы:

– метод разучивания упражнения по частям (расчленённо-конструктивный); метод разучивания упражнения в целом (целостно-конструктивный).

– метод расчленённо-конструктивный предусматривает разучивание отдельных частей движения с последующим их соединением (например, гимнастические комбинации). Преимущество данного метода, во-первых, в том, что он облегчает процесс усвоения действий, т. к. к цели обучающийся подходит постепенно, накапливая соответствующие умения, оттачивая каждую деталь действия; во-вторых, занятие становится более конкретным; в-третьих, от многообразия подводящих упражнений занятия становятся интереснее; в-четвертых, применение этого метода способствует быстрому восстановлению утраченных навыков; в-пятых, метод незаменим при разучивании сложно координированных упражнений. Недостаток данного метода заключается в том, что изолированно разученные элементы не всегда легко удается объединить в целостное двигательное действие.

– метод целостно-конструктивного упражнения применяется на любом этапе обучения. Сущность его состоит в том, что техника двигательного действия осваивается с самого начала в целостной своей структуре без расчленения на отдельные части. Данный метод позволяет разучивать структурно несложные движения (бег, простые прыжки, общеразвивающие упражнения и т. п.), целостно-конструктивным методом возможно осваивать отдельные детали, элементы или фазы не изолированно, а в общей структуре движения, путем акцентированного внимания на необходимых частях техники. Недостаток этого метода в том, что в неконтролируемых фазах или деталях двигательного действия (движения) возможно закрепление ошибок в технике.

Результаты исследования. При разучивании двигательных действий применялись методы разучивания упражнений по частям (расчленённо-конструктивный), и метод разучивания упражнения в целом (целостно-конструктивный).

Обучение целесообразно с целостного выполнения двигательного действия, а затем в случае необходимости выделить из него элементы, требующие более тщательного изучения. Кроме этого необходимо расчленять упражнение таким образом, чтобы выделенные элементы были относительно самостоятельными, менее связанные между собой. Следует изучать выделенные элементы в сжатые сроки и при первой возможности объединить их, также выделенные элементы надо по возможности изучать в различных вариациях, тогда легче конструировать целостное движение.

В результате применения данных методик разучивание двигательных действий в физическом воспитании позволили наиболее качественно и без ошибок выполнять, эффективно осваивать физические упражнения.

Вывод. Обучение двигательным действиям занимает центральное место в физическом воспитании и зависит от степени подготовленности занимающихся.

В зависимости от сложности техники, двигательным действиям можно обучать в целом или по частям. Выбор метода обучения двигательным действиям на разных этапах обучения зависит от сложности осваиваемого двигательного действия и физической подготовленности обучающихся.

Данная научная работа – разучивание двигательного действия, представляет спортивный и научный интерес как для начинающих спортсменов, так и для занимающихся спортсменами, имеющих необходимую спортивную квалификацию на различных этапах двигательной подготовки.

МГПУ им. И. П. Шамшуркина