



Презентация  
на тему: Двигательное действие, умение,  
навык. Определение понятий,  
характерные признаки

Выполнили: студенты 2 курса, очной формы обучения,  
группа ФБЖ-18-3, Гаранин Антон, Смирнов Андрей

Направленность процесса обучения в физическом воспитании обусловлена последовательным освоением *двигательного действия*. Двигательное действие находит свое проявление в таких формах, как навык, умение и техника движений.

# Определение двигательного действия

**Двигательное действие** - это совокупность движений, направленных на решение двигательной задачи. Процесс практического исполнения двигательного действия включает три последовательных фазы:

- Подготовительная фаза (понимание двигательной задачи и построение плана ее выполнения).
- Основная фаза (практическая реализация процесса выполнения двигательной задачи).
- Завершающая фаза (контроль процесса решения двигательного действия и общая оценка результата).



# Определение двигательного умения

**Двигательное умение** - это способность выполнять двигательные действие, концентрируя внимание на основе техники, т.е. на самом движении. В процессе спортивной тренировки двигательные умения несут вспомогательный характер.

Характерными признаками двигательного умения являются:

- управление движениями происходит неавтоматизированно;
- контроль каждого движения;
- невысокая быстрота выполнения действия;
- нестабильность действия;
- непрочное запоминание действия.



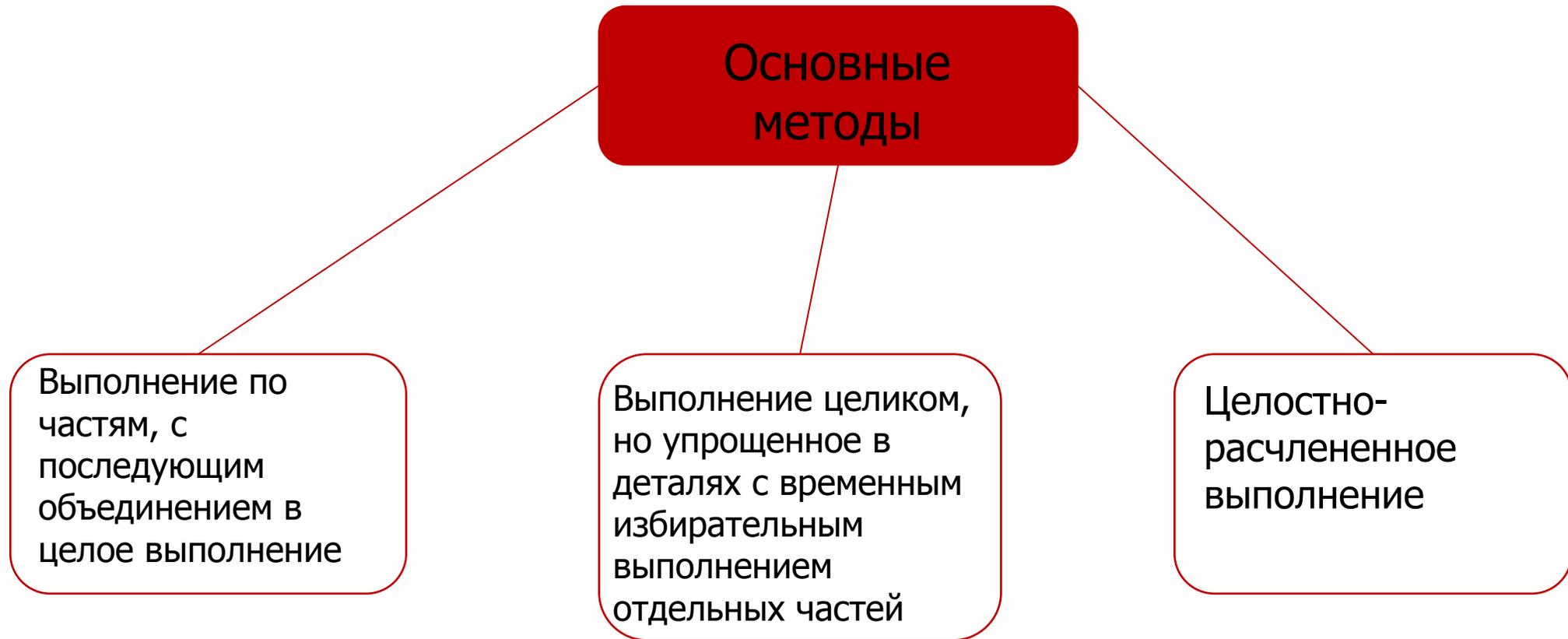
# Определение двигательного навыка

**Двигательный навык** - это оптимальная степень владения техникой действия, характеризующаяся автоматизированным управлением движениями, высоким качеством исполнения.

Характерными признаками двигательного навыка являются:

- автоматизированное управление движениями;
- объединение ряда движений в единое целое;
- высокая быстрота выполнения действий;
- экономичность и точность движений;
- высокая устойчивость действия;
- комплексные ощущения при выполнении действия;
- совершенная координация работы всего двигательного аппарата, легкость и слаженность всех элементов движения

# Формирование навыков и умений



# Формирование навыков и умений



# Вывод

На основании всего изложенного можно сделать следующие заключения о том, что с точки зрения управления движениями двигательные умения и навыки характеризуют различную степень (уровень) владения двигательным действием.

# Список литературы

1. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физической культуры и спорта: Учебник. – М.:Академия, 2013.
2. Физическая культура студентов: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2000.
3. Интернет источник: <https://mylektsii.ru/9-47453.html>



Мининский  
университет



# Спасибо за внимание!

[mininuniver.pf](http://mininuniver.pf)



[mininuniver](https://www.facebook.com/mininuniver)



[mininuniver.ru](https://www.instagram.com/mininuniver.ru)



[mininuniversity](https://www.youtube.com/mininuniversity)