

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
Красноярский государственный педагогический университет
В.П. Астафьева

Понятие

«двигательное умение»,

«умение высшего порядка».

**Физиологические обоснования
формирования двигательного
умения и двигательного умения
высшего порядка**

Составитель: Александрова Е.А.

A collection of gold trophies and medals with red, white, and blue ribbons. The trophies are arranged on a white surface, and the ribbons are draped across them. The background is a soft, out-of-focus light color.

В процессе физического воспитания занимающихся обучают различными двигательным действиям в целях развития способности управлять своими движениями, в целях познания закономерностей движения своего тела.

При овладении техникой какого-либо двигательного действия вначале возникает умение его выполнять, затем, по мере дальнейшего углубления и совершенствования, умение постепенно переходит в навык и умение высшего порядка.

Двигательное умение

это такая степень владения двигательным действием, при котором управление движениями происходит при активной роли мышления.



Умение выполнять новое двигательное действие возникает на основе следующих предпосылок:

- необходимого объема знаний о технике действия;**
- наличия двигательного опыта;**
- достаточного уровня физической подготовленности, при творческом мышлении в процессе управления движениями.**



Характерными признаками двигательного умения являются:

- Управление движениями происходит неавтоматизировано.
- Сознание ученика загружено контролем каждого движения.
- Невысокая быстрота выполнения действия.
- Действие выполняется неэкономно, при значительной степени утомления.
- Неустойчивостью к действию сбивающих факторов.
- Нестабильность результатов действия.



Умение высшего порядка

ЭТО ВЫПОЛНЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ ДЕЙСТВИЙ АВТОМАТИЧЕСКИ, БЕЗ НЕПОСРЕДСТВЕННОГО КОНТРОЛЯ СОЗНАНИЯ, ЛЕГКО И СВОБОДНО, ПРИ ВКЛЮЧЕНИИ ТОЛЬКО ТЕХ ГРУПП МЫШЦ, КОТОРЫЕ ОБЕСПЕЧИВАЮТ ЗАДАННОЕ ДВИГАТЕЛЬНОЕ ДЕЙСТВИЕ, НЕСМОТРИ НА РАЗНООБРАЗНЫЕ СБИВАЮЩИЕ ФАКТОРЫ.



The background of the image shows a collection of gold trophies and medals. The trophies are of various shapes and sizes, some with intricate designs. The medals are circular and feature a central emblem. The ribbons are red, white, and blue, and are draped over the trophies and medals. The overall scene is brightly lit, highlighting the metallic sheen of the gold.

Умения высшего порядка связаны также с самостоятельным решением новых двигательных задач в меняющихся условиях деятельности.

Например, в спортивных играх и единоборствах они теснейшим образом связаны с интеллектуальной деятельностью занимающихся. Чтобы целесообразно применять знания и навыки в игре, нужно уметь наблюдать, ориентироваться, разгадывать намерения противника, быстро находить решения и др. Поэтому в спорте именно умения высшего порядка являются конечной целью обучения. Они формируются в течение всей спортивной жизни занимающихся.

A row of gold trophies with red, white, and blue ribbons. The trophies are arranged in a line on a white surface. The ribbons are draped over the trophies, creating a decorative effect. The background is a plain, light-colored wall.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!