

**ЛОВКОСТЬ, ЕЁ ПОКАЗАТЕЛИ.  
ЗНАЧЕНИЕ СЕНСОРНЫХ СИСТЕМ,  
ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ  
ИНФОРМАЦИИ О ДВИЖЕНИЯХ.  
МОТОРНАЯ ПАМЯТЬ**

Активация Учебного  
материала  
раздела "Познание"  
**Алексеева Анастасия**

# Ловкость



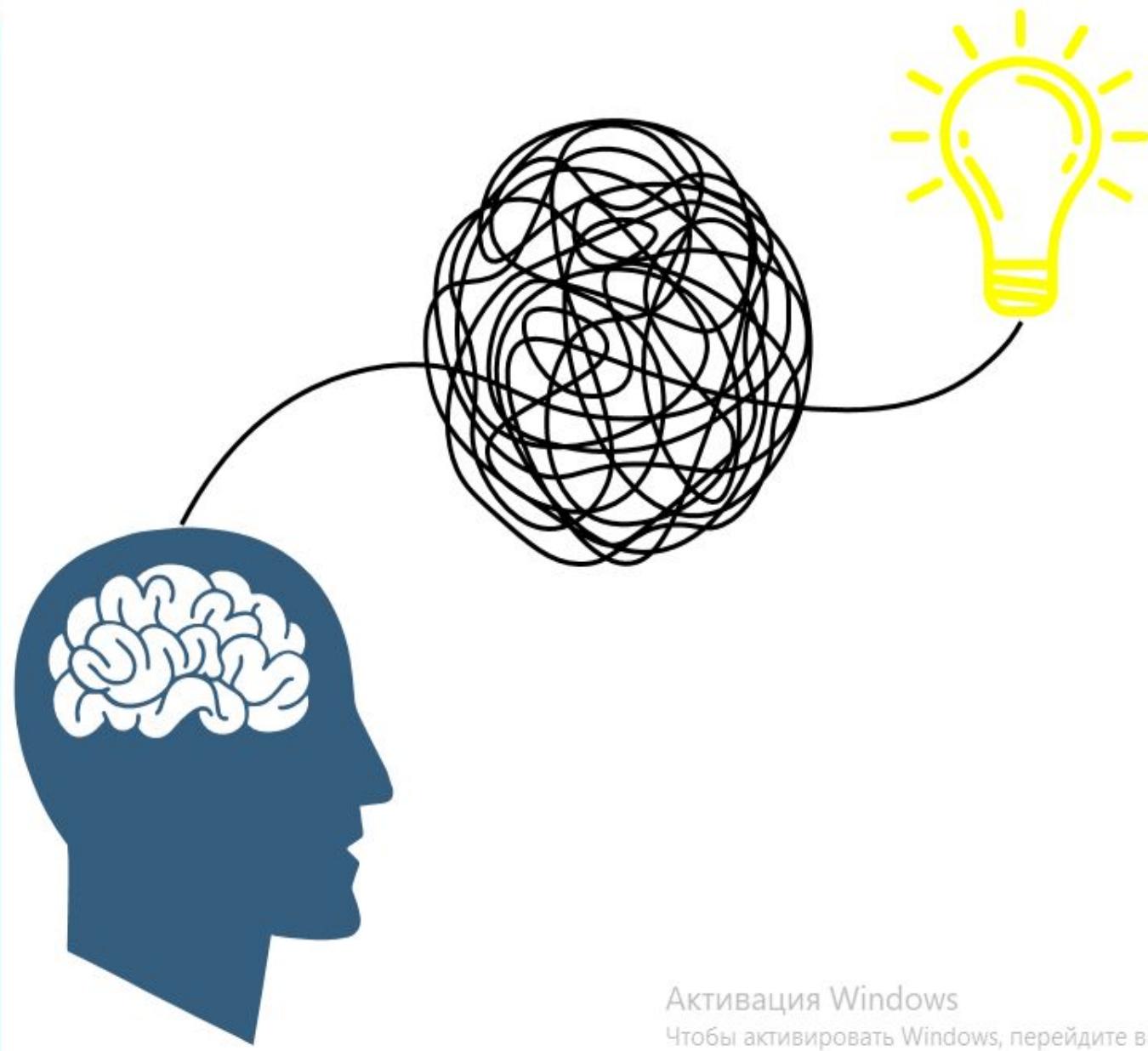
**Ловкость – это сложный психофизический комплекс, включающий в себя: умение распределять и концентрировать внимание, способность быстро ориентироваться, оперативно мыслить, направлять волевые усилия на управление эмоциями и выполнять сложно координированные действия.**

Активация Windows

Чтобы активировать Windows, перейдите в раздел "Параметры".

*Н. А. Бернштейн отмечает, что ловкость и хорошая координация движения суть не одно и тоже, между ними существуют явные различия.*

*Николай Александрович определяет ловкости как способность двигательно выйти из любого положения, т. е. способность справиться с любой возникшей двигательной задачей.*



Активация Windows  
Чтобы активировать Windows, перейдите в раздел "Параметры".

# ПОКАЗАТЕЛИ ЛОВКОСТИ

---

Активация Windows  
Чтобы активировать Windows, перейдите в  
раздел "Параметры".

1

способность быстро  
обучаться; использовать  
двигательный опыт

2

быстро реагировать на изменение  
ситуации, например, в подвижных  
играх координировано выполнять  
двигательные действия.

К показателям ловкости  
относятся факторы

Активация  Windows

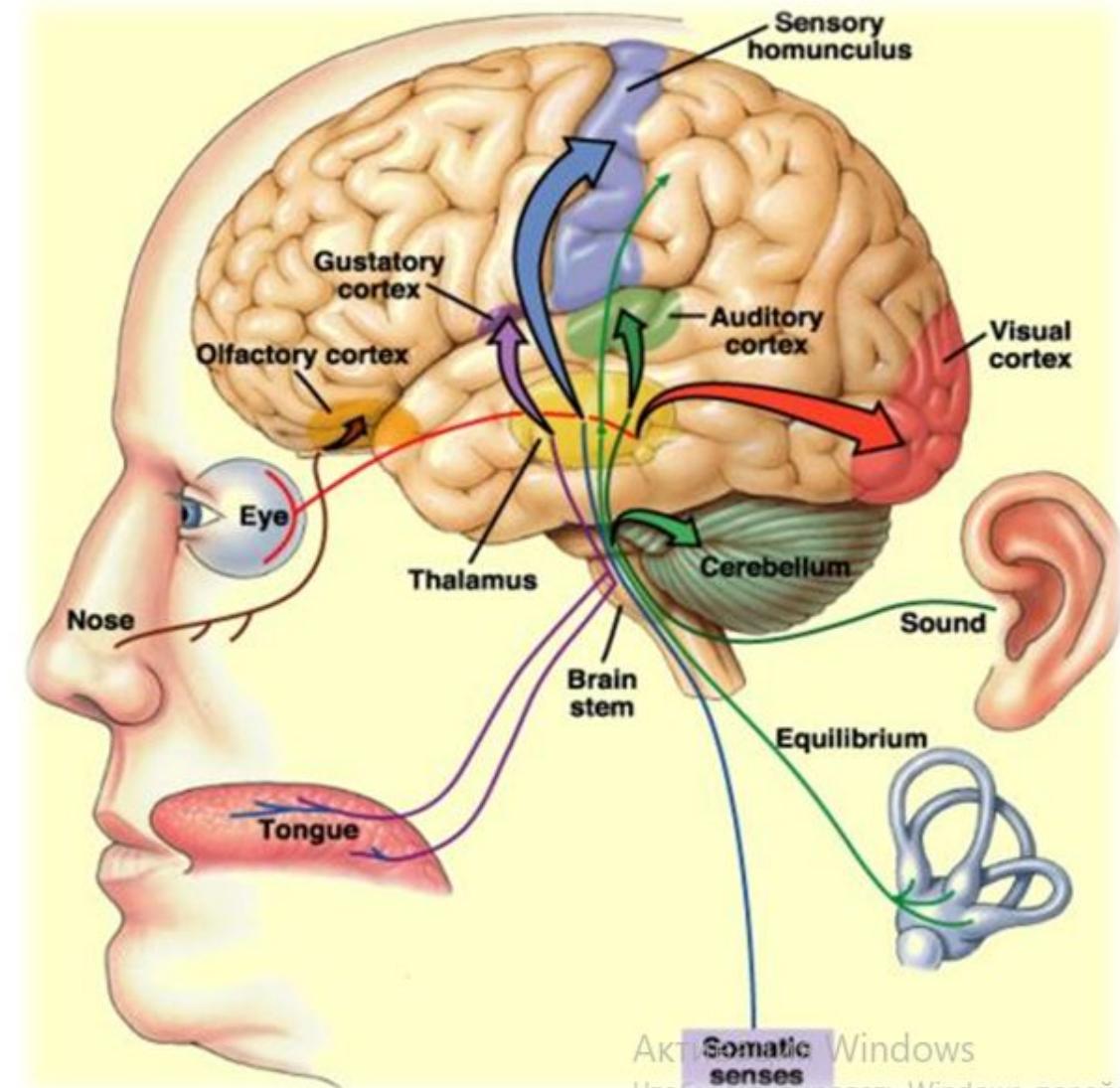
Чтобы активировать Windows, перейдите в  
раздел "Параметры".

# **ЗНАЧЕНИЕ СЕНСОРНЫХ СИСТЕМ, ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ИНФОРМАЦИИ О ДВИЖЕНИЯХ**

Активация Windows  
Чтобы активировать Windows, перейдите в  
раздел "Параметры".

**Представление о сенсорных системах было сформулировано И. П. Павловым в учении об анализаторах в 1909 г. при исследовании им высшей нервной деятельности.**

**Анализатор** – совокупность центральных и периферических образований, воспринимающих и анализирующих изменения внешней и внутренней сред организма



Активируйте Windows  
senses  
Чтобы активировать Windows, перейдите в раздел "Параметры".

**Эффективность выполнения спортивных  
упражнений во многом зависит от процессов  
восприятия и переработки сенсорной  
информации**

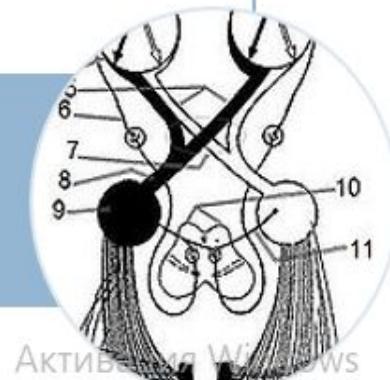


Активация Windows

Чтобы активировать Windows, перейдите в  
раздел "Параметры".

**Эффективность выполнения спортивных упражнений во многом зависит от процессов восприятия и переработки сенсорной информации.**

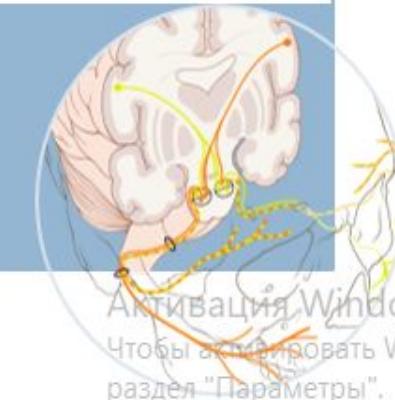
**Эти процессы обусловливают как наиболее рациональную организацию двигательных актов, так и совершенство тактического мышления спортсмена.**



Активизация Windows

Чтобы активировать Windows, перейдите в раздел "Параметры".

**На основе взаимодействия сенсорных систем у спортсменов вырабатываются комплексные представления, сопровождающие его деятельность в избранном виде спорта.**



Активация Windows

Чтобы активировать Windows, перейдите в раздел "Параметры".

# НАЗНАЧЕНИЕ СЕНСОРНЫХ СИСТЕМ

---

Активация Windows  
Чтобы активизовать Windows, перейдите в  
раздел "Параметры".

# Назначение сенсорных систем при развитии ловкости



01

Получение информации от внешнего мира

02

Контроль произвольных движений

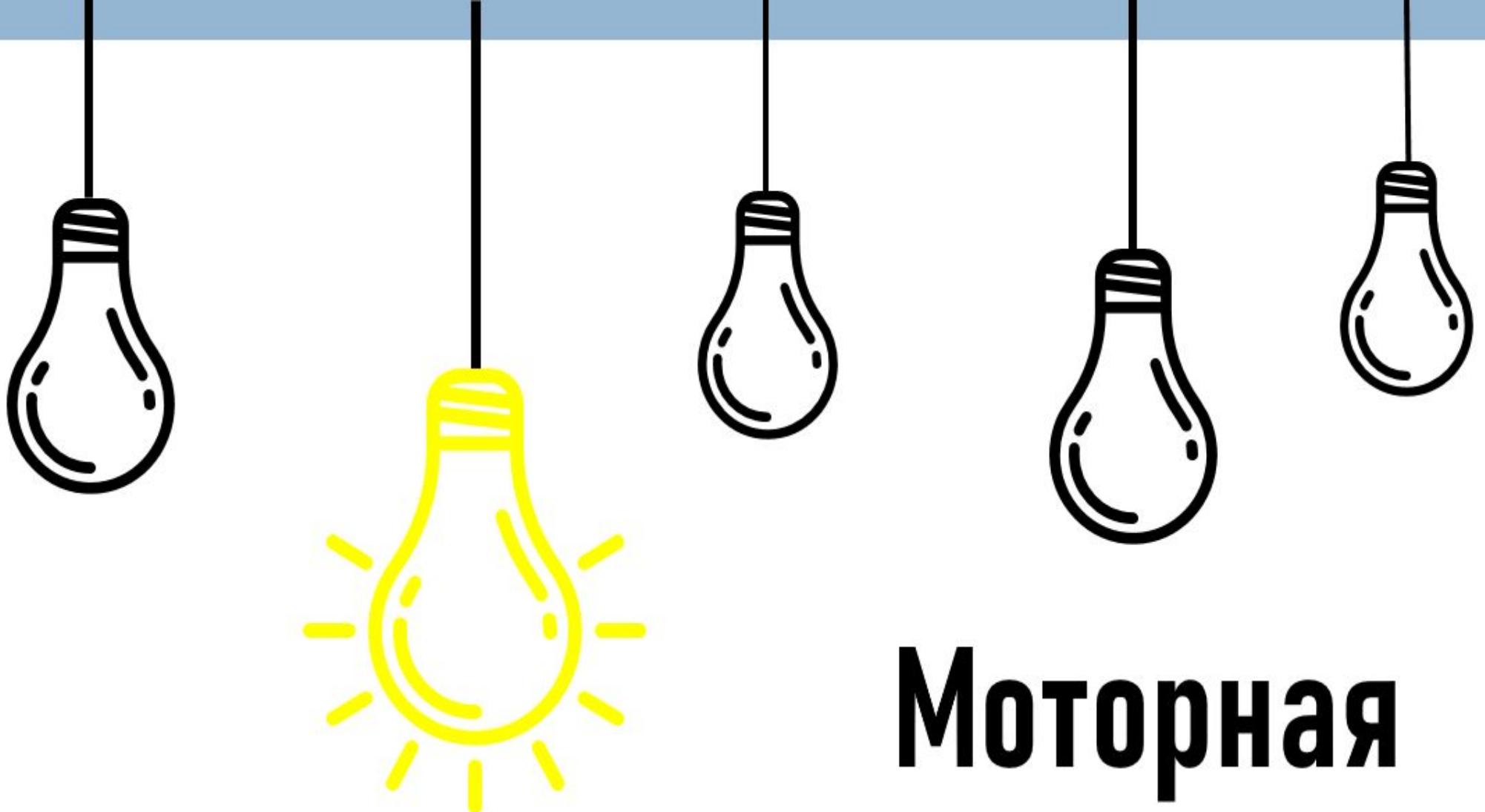
03

Обеспечение неспецифической активации ЦНС

04

Создание ощущений





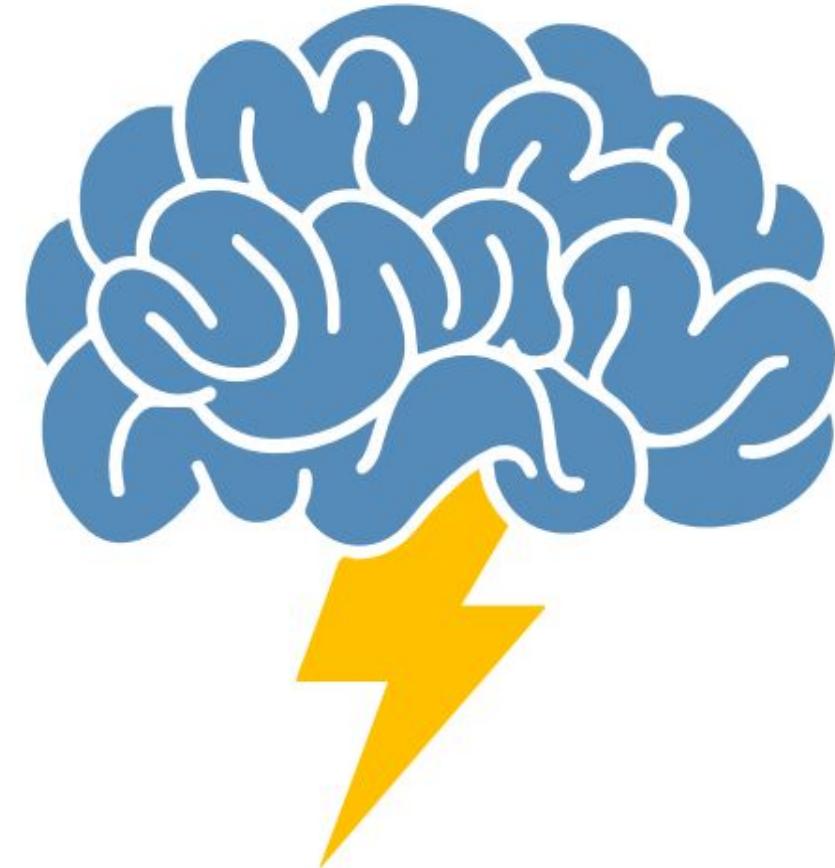
# Моторная Память

Активация Windows

Чтобы активировать Windows, перейдите в  
раздел "Параметры".



**Моторная  
(двигательная) память - это  
психологический механизм  
запоминания и "вспоминания"  
двигательных действий.**



Активация Windows  
Чтобы активировать Windows, перейдите в  
раздел "Параметры".



## Моторная память дает возможность:

**01**

Запомнить, сохранить и воспроизвести различные движения.

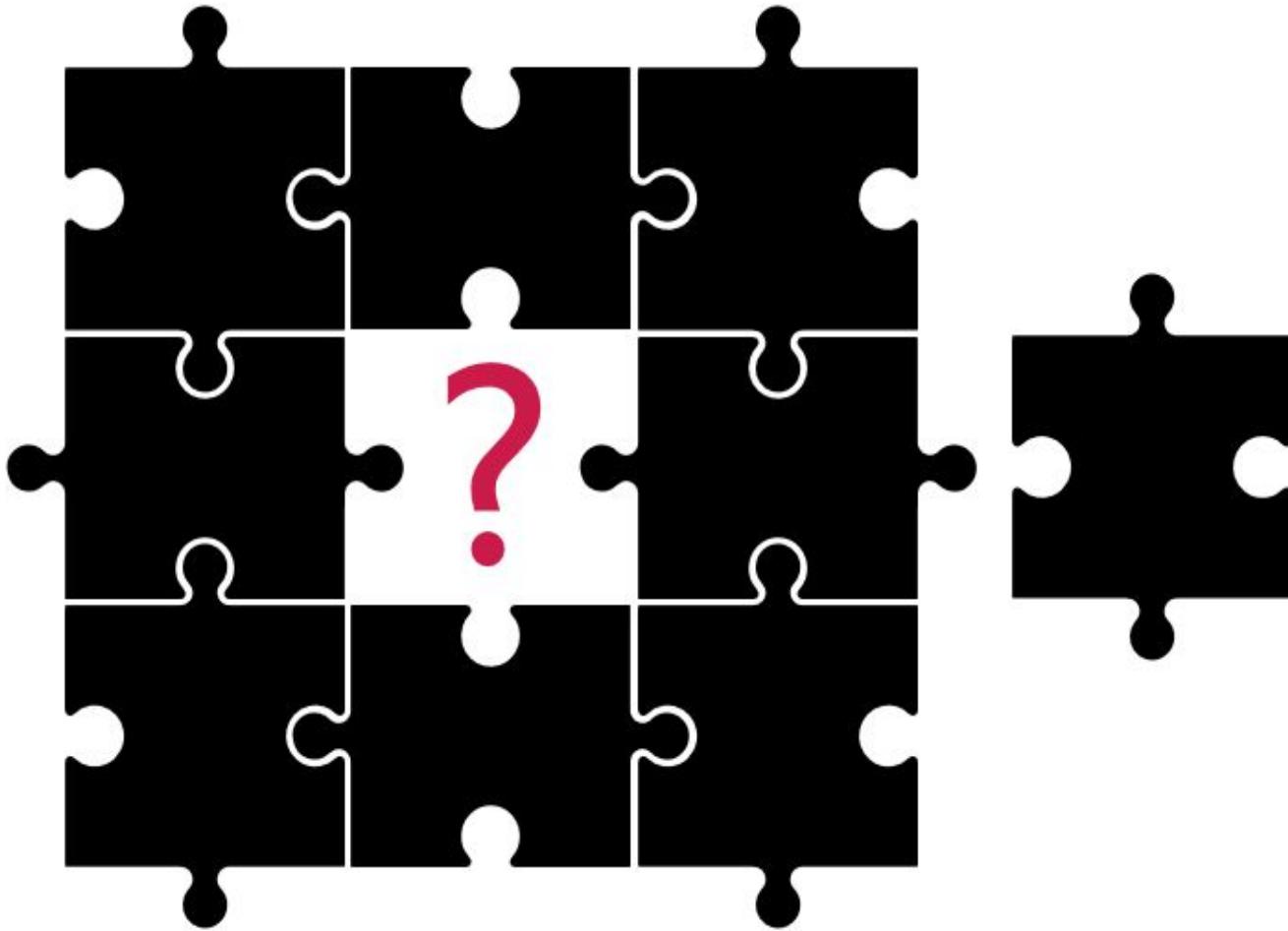


**02**

На ее основе формируются различные практические и трудовые навыки.

Активация Windows

Чтобы активировать Windows, перейдите в раздел "Параметры".



Запоминая, а потом воспроизводя какие-то движения, человек действует активирующую ретикулярную систему (АРС) и моторные анализаторы.

Активация Windows

Чтобы активировать Windows, перейдите в раздел "Параметры".

# МОТОРНАЯ ПАМЯТЬ У ДЕТЕЙ

---

Активация Windows  
Чтобы активировать Windows, перейдите в  
раздел "Параметры"



## START

Двигательная память у детей возникает очень рано. Ее первые проявления относятся к первому месяцу жизни.



## FINISH

В дальнейшем запоминание и воспроизведение движений начинают принимать сознательный характер, тесно связываясь с процессами мышления, воли и т.д.



Активация Windows

Чтобы активировать Windows, перейдите в раздел "Параметры".

**Моторная память необходима в процессе обучения. Психологи утверждают, что для первоклассников она является ведущей, так как позволяет освоить письмо. Но для того, чтобы данный процесс прошёл успешно, необходимо с ранних лет развивать у ребёнка мелкую моторику рук, так как двигательные анализаторы располагаются рядом с речевыми .**



Активация Windows

Чтобы активировать Windows, перейдите в раздел "Параметры".

★ На физкультуре двигательная память позволяет детям осваивать новые комплексы упражнений и правила командных игр.

★ Доказано, что моторная память, которая лежит в основе большинства навыков, одна из самых долговременных.



Активация Windows  
Чтобы активировать Windows, перейдите в раздел "Параметры".

# СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

---

Активация Windows  
Чтобы активировать Windows, перейдите в  
раздел "Параметры".