

Тематическая консультация для педагогов

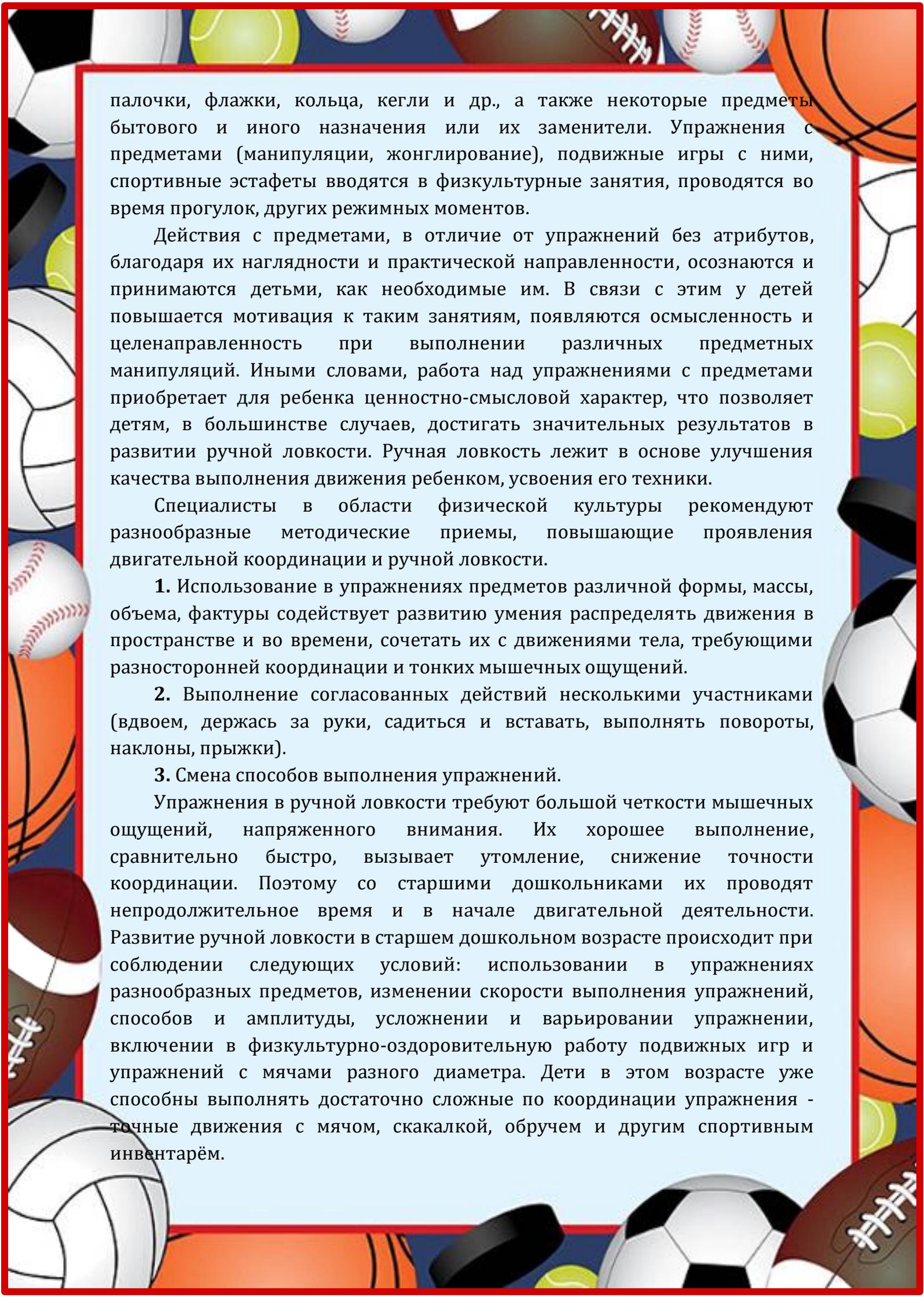
МЕТОДИКА РАЗВИТИЯ РУЧНОЙ ЛОВКОСТИ У ДЕТЕЙ 6-7 ЛЕТ

Объективным показателем развития двигательной функции дошкольников является координация движений. Для характеристики координационных возможностей человека при выполнении двигательных действий применяется термин «ловкость». Ловкость занимает особое место в развитии психофизических качеств детей старшего дошкольного возраста. **Ловкость** — это сложно координированное качество, оно необходимо ребенку для успешного использования двигательного опыта. Ловкость неоднородна по своей уровневой структуре (**телесная** ловкость, предметная или **ручная**, ловкость). Ловкость выступает как интегральное проявление координационных способностей. К показателям ловкости относят следующие факторы: способность быстро обучаться; использовать двигательный опыт; быстро реагировать на изменение ситуации, например, в подвижных играх координирование выполнять двигательные действия. Для развития и совершенствования ручной ловкости в старшем дошкольном возрасте необходимы упражнения, сложные по координации, взаимосочетанию, условиям проведения. В качестве средств развития ручной ловкости и координационных способностей применяют физические упражнения, в которых присутствует хотя бы частичная необычность для занимающихся, новизна и обусловленные этим неординарные требования к координации движений. Особенно ценны в этом отношении комбинации упражнений из гимнастики и подвижных игр.

Развитие ручной ловкости в старшем дошкольном возрасте происходит двумя путями:

1. Ловкость возрастает при овладении новыми разнообразными движениями.
2. Ловкость возрастает, если дается усложнение, новое сочетание знакомых движений, изменяются привычные условия выполнения движения.

Ручная ловкость накапливается с двигательным опытом, каждый новый усвоенный двигательный навык повышает уровень развития ловкости. Важным средством развития ручной ловкости служат упражнения с предметами, поскольку именно предметно-манипулятивная деятельность лежит, главным образом, в основе развития двигательных функций рук. Для развития ручной ловкости в практике детских садов широко используется мелкий спортивный инвентарь: малые мячи,



палочки, флажки, кольца, кегли и др., а также некоторые предметы бытового и иного назначения или их заменители. Упражнения с предметами (манипуляции, жонглирование), подвижные игры с ними, спортивные эстафеты вводятся в физкультурные занятия, проводятся во время прогулок, других режимных моментов.

Действия с предметами, в отличие от упражнений без атрибутов, благодаря их наглядности и практической направленности, осознаются и принимаются детьми, как необходимые им. В связи с этим у детей повышается мотивация к таким занятиям, появляются осмысленность и целенаправленность при выполнении различных предметных манипуляций. Иными словами, работа над упражнениями с предметами приобретает для ребенка ценностно-смысловой характер, что позволяет детям, в большинстве случаев, достигать значительных результатов в развитии ручной ловкости. Ручная ловкость лежит в основе улучшения качества выполнения движения ребенком, усвоения его техники.

Специалисты в области физической культуры рекомендуют разнообразные методические приемы, повышающие проявления двигательной координации и ручной ловкости.

1. Использование в упражнениях предметов различной формы, массы, объема, фактуры содействует развитию умения распределять движения в пространстве и во времени, сочетать их с движениями тела, требующими разносторонней координации и тонких мышечных ощущений.

2. Выполнение согласованных действий несколькими участниками (вдвоем, держась за руки, садиться и вставать, выполнять повороты, наклоны, прыжки).

3. Смена способов выполнения упражнений.

Упражнения в ручной ловкости требуют большой четкости мышечных ощущений, напряженного внимания. Их хорошее выполнение, сравнительно быстро, вызывает утомление, снижение точности координации. Поэтому со старшими дошкольниками их проводят непродолжительное время и в начале двигательной деятельности. Развитие ручной ловкости в старшем дошкольном возрасте происходит при соблюдении следующих условий: использовании в упражнениях разнообразных предметов, изменении скорости выполнения упражнений, способов и амплитуды, усложнении и варьировании упражнения, включении в физкультурно-оздоровительную работу подвижных игр и упражнений с мячами разного диаметра. Дети в этом возрасте уже способны выполнять достаточно сложные по координации упражнения - точные движения с мячом, скакалкой, обручем и другим спортивным инвентарём.