

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Рекомендации по формированию двигательных навыков у не праворуких детей

Место проведения: Школьное методическое объединение «Спортивные игры»

Дата: 20.04.2017 года

Выступающий: Ганиев Р.Н., тренер-преподаватель по футболу МБОУ ДОД ДЮСШ г. Охи

Двигательное предпочтение одной из сторон тела называют термином «латеральное доминирование». Предпочитаемая сторона тела при выполнении двигательных действий называется ведущей. В практике спортивной подготовки выделяются юные спортсмены, одинаково успешно выполняющие технические действия в обе стороны. Таких детей называют амбидекстрами или амбидекстриками. В специальной литературе отмечается, что количество леворуких детей колеблется от 5 до 15%, а число амбидекстриков, у которых примерно равные обе руки, соответствует 2%, остальные дети являются праворукими (около 85%)

Выявлено, что индивидуальные результаты уровня развития координационных способностей, проявляемые в спортивно-игровых упражнениях, выполняемых руками и ногами, у детей с левосторонним двигательным проведением примерно в 75% выше, чем у ровесников. Анализ экспериментального материала (В.И. Лях, 1989) показывает, что дети с врожденными предпосылками к леворукости и амбидекстрии, если у них нет отклонений в состоянии здоровья и физическом развитии, располагают от природы большими возможностями к проявлению и развитию координационных способностей. В.М. Зациорский отмечал, что умение выполнять все технические действия в обе стороны – признак большого мастерства в видах спорта с противоборством соперников. Это подтверждает необходимость закладывания основ «двусторонности» и учета ведущей руки в подготовке юных спортсменов.

Методические рекомендации по обучению леворуких детей и амбидекстров технике двигательных действий:

- Любое изучаемое техническое действие должно объясняться и показываться в обе стороны.
- Выполнение новых технических действий должно сначала выполняться с удобной стороны, а потом разучиваться в неудобную сторону.
- Необходимо приучать юных спортсменов к выполнению различных симметричных движений, это даст более высокий результат

технической подготовленности, чем впоследствии «дорабатывать» технические действия в неудобную сторону.

Тренер-преподаватель должен демонстрировать обучаемым двигательное в обе стороны. Стремиться заинтересовать обучаемых новым двигательным действием. Стимулировать у учеников стремление к техническому совершенствованию.

Список литературы

1. Визитей Н. Н. Физическая культура личности. Кишинев, 1989.
2. Гальперин П. Я. Лекция по психологии: Учеб. пос. для студентов вузов. 2-е изд. М.: КДУ. 2005.
3. Лях В. И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития. М.: Терра-Спорт, 2000.
4. Николаева Е. И. Леворукий ребенок: диагностика, обучения, коррекция. СПб., 2005.
5. Средство физического воспитания: Теория и методика физического воспитания / Под ред. Б. А. Ашмарина. М. 1979.
6. Теория и методика физического воспитания / Под ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. М., 1976.