ОТДЕЛ ПО ОБРАЗОВАНИЮ ПРУЖАНСКОГО РАЙИСПОЛКОМА

ГУО «ЯСЛИ-САД №3 Г.ПРУЖАНЫ»

**Воспитание ловкости у детей**

**дошкольного возраста.**

*Консультация для педагогов.*

Важнейшими образовательными задачами физического воспитания детей дошкольного возраста являются формирование двигательных умений и навыков (ходьба, прыжки, бег, метание, лазание) и воспитание физических качеств (сила, быстрота, ловкость, гибкость, выносливость).

Раскрыть основы воспитания ловкости у детей 3-7 лет на физкультурных занятиях Холодов определяет **ловкость** как способность быстро, оперативно, целесообразно, т.е. наиболее рационально осваивать новые двигательные действия, успешно решать двигательные задачи в изменяющихся условиях. Среди физических качеств ловкость является наиболее комплексной характеристикой, уровень развития которой определяется *координацией движений* (согласованность движений, точность, ритмичность); *дифференцирование усилий* (так называемое «чувство времени», «чувство пространства»); функция равновесия (поддержание статического и динамического равновесия).

Кроме того, развитие ловкости на прямую зависит как от общей подготовленности ребёнка, так и от его волевых качеств (настойчивости, смелости и др.). Например, чтобы точно бросить предмет в горизонтальную или вертикальную цель, воспитаннику нужно продемонстрировать умение не только умение дифференцировать усилия, но и правильную технику броска, силу рук и настойчивость в решении данной задачи.

Воспитание ловкости на физкультурных занятиях с детьми от 3 до 7 лет базируется на комплексном использовании следующих средств: *физические упражнения* и *подвижные игры*.

- упражнения, связанны со сменой позы;

- упражнения, которые выполняются в сложных условиях меняющейся обстановки;

- упражнения с манипуляцией предметами;

- упражнения, требующие взаимодействия, согласованности движений;

- упражнения с изменением скорости и направлением движения;

- упражнения в равновесии.

Представленные выше средства воспитания ловкости следует включать в содержание физкультурных занятий с детьми, ориентируясь на программные требования, возраст воспитанников и их физическую подготовленность.

Литература:

1. Власенко, Н. Воспитание ловкости у детей дошкольного возраста. Пралска.-2019.-№3.-С.14-15.

23.09.2019г

Подготовила:

руководитель физического

воспитания по плаванию

Кульгавчук И.В.