

Задание для Ф 3 на 12.05.2020.

Преподаватель А.А. Сычёва.

Вам необходимо изучить тему « **Психологические особенности двигательных навыков** » самостоятельно. Для изучения темы необходимо воспользоваться материалами учебника Е.Н. Гогонов, Б.И. Мартыянов «**Психология физического воспитания и спорта**» стр. 31-34. (в электронной версии, которая прилагается). Письменно ответить на вопросы, затем сфотографировать выполненное задание и послать его на адрес электронной почты alla.sycheva.2011@mail.ru а **ЛУЧШЕ** выслать сообщением на мою страницу «В контакте»

до 19. 05.2020.

Фотографии текста должны быть четкими и вмещать весь формат текста, пишете разборчиво, чтобы была возможность проверить. Каждый вопрос должен быть сформулирован в тетради под своим номером как в задании, а только затем должен следовать ответ.

В начале работы должна быть подписана тема, и число на которое дано задание.

Вопросы.

Психологические особенности двигательных навыков.

1. Дайте определение двигательного навыка.
2. Что понимается под овладением двигательным навыком?
3. Раскройте психологические особенности формирования двигательных навыков.

Стадии формирования двигательных навыков.

1. Выпишите стадии формирования двигательных навыков и проанализируйте их особенности.

Двигательные ощущения - основа саморегуляции моторных действий.

1. Что составляет основу регуляции движений?
2. Какую роль играют двигательные ощущения в регуляции движений?
3. Что необходимо для развития двигательных ощущений?
4. От чего зависит специализация двигательных ощущений?

Специализированные восприятия в спорте.

1. Что понимается под специализированным восприятием в спорте?
2. Проанализируйте общие признаки специализированных восприятий.
3. Приведите пример из вашего личного опыта. Какие «чувства» развиваются в виде спорта по которому вы специализируетесь?

Роль представлений в управлении движениями.

1. Что понимается под представлением действия?
2. Раскройте функции представлений в формировании двигательного действия – программирующей, регулирующей, тренирующей (идеомоторной тренировки).

Реакция в спорте.

1. Дайте определение реакции.
2. Составьте классификацию видов реакций.
3. Проанализируйте типы простых реакций, приведите примеры.