

**Подготовительные и подводящие упражнения
к освоению техники выполнения основных движений.**

*Использование подготовительных и подводящих упражнений при
обучении движениям*

Понятие	Характеристика
<i>Подводящие упражнения</i>	Ребенок невольно принимает нужное положение тела, выполняет движение определённым способом. Так появляются именно те мышечные ощущения, которые соответствуют описанию, объяснению движения.
<i>Характерная особенность подводящих упражнений</i>	Они должны быть сходными по своей структуре с разучиваемым движением в целом или с какой-то его частью
<i>Структура упражнения. Принцип подбора подводящих упражнений</i>	В каждом движении есть наиболее важная часть, определяющая его структуру, - ведущее звено и дополнительные части. Вначале подбираются подводящие упражнения, близкие к ведущему звену данного движения, затем, при их закреплении, совершенствовании – близкие к дополнительным
<i>Количество упражнений</i>	Подводящие упражнения нельзя повторять многократно и доводить таким образом до навыка. Искажённое усвоение какой – либо детали затруднит обучение целостному действию. Роль подводящих упражнений часто подсобная, поэтому достаточно нескольких повторений (примерно 4-6 раз) для того, чтобы понять способ выполнения движения
<i>Способ организации подводящих упражнений</i>	Фронтально, то есть во вводной части или в общеразвивающих упражнениях
<i>Назначение подводящих упражнений</i>	Они нужны преимущественно для новых, неосвоенных движений. При систематическом применении подводящие упражнения способствуют быстрому и успешному обучению
<i>Отличие подводящих упражнений от подготовительных</i>	Цель подготовительных упражнений – общая подготовка, развитие физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости). Подводящие упражнения имеют более узкое назначение – они помогают овладеть техникой данного двигательного действия