



# Особенности составления ОРУ

НА 1,2,3 ЭТАПАХ ОБУЧЕНИЯ.  
В ЧЕМ РАЗНИЦА





# Этапы

1-й

**первоначально  
е  
разучивание  
I стадия.**  
(длительность этапа  
1-3 занятия)  
иррадиация

2-й

**углубленное  
разучивание  
II стадия**  
(длительность  
этапа  
3-6 занятий)  
специализация

3-й

**закрепление  
навыка и  
совершенствовани  
и  
техники  
III стадия**  
(длительность этапа  
10 и более занятий)  
Стабилизация  
условно-рефлекторного



ЦЕЛЬ

(ЗАДАЧИ)



# 1-й этап



- Дать общие представления об общеразвивающих упражнениях.
- Сформировать умение выполнять общеразвивающие упражнения в общих чертах.



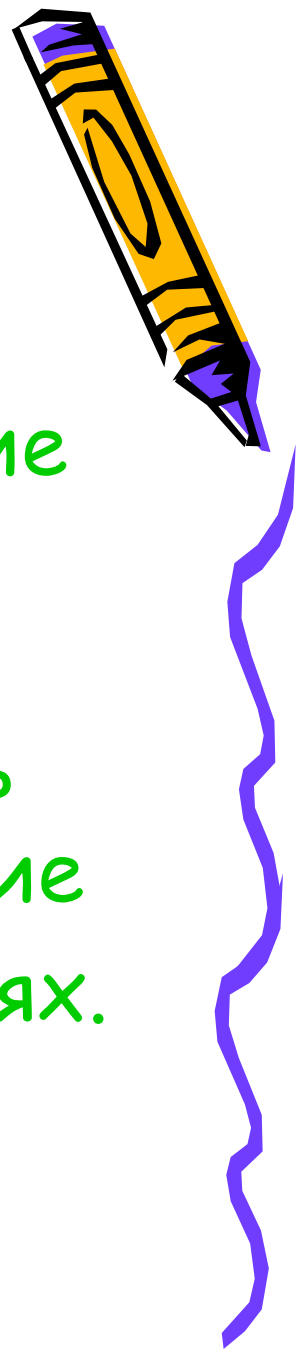
## 2-й этап



- Дать представление о каждом элементе техники общеразвивающего упражнения.
- Сформировать умение выполнять каждый элемент техники общеразвивающего упражнения и общеразвивающего упражнения в целом.

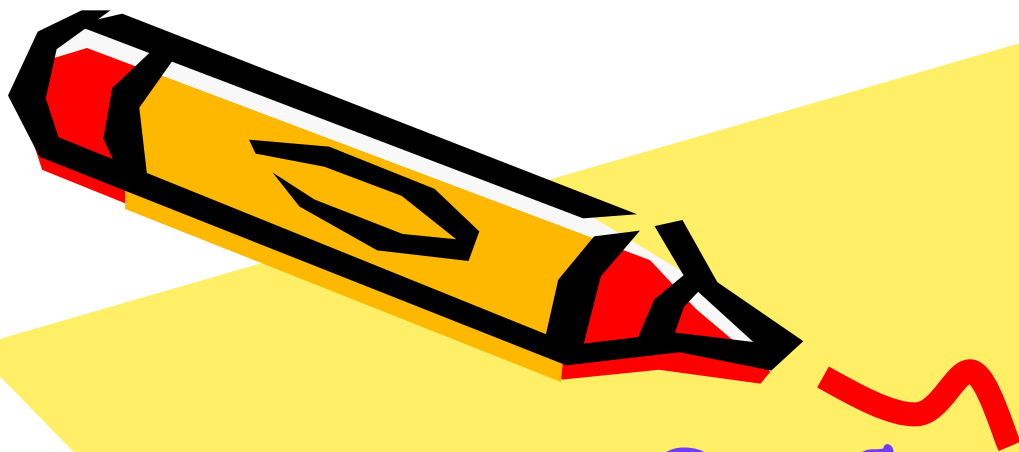


## 3-й этап

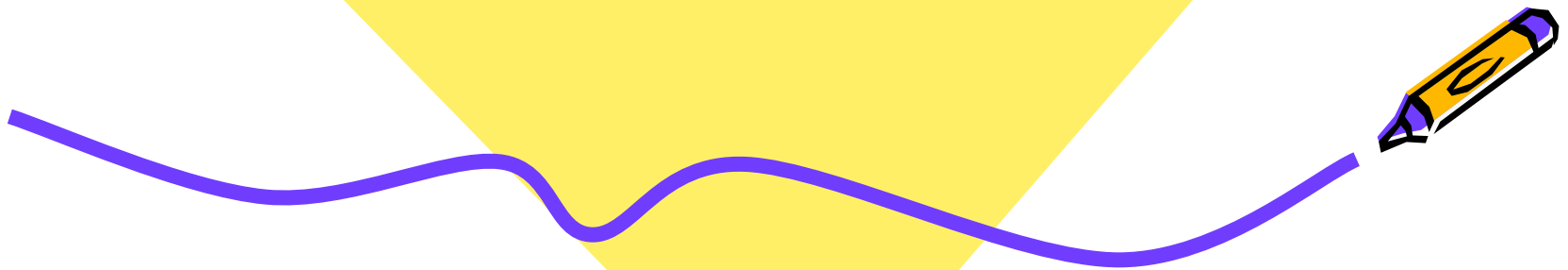


- Закрепление и совершенствование навыка общеразвивающего упражнения.
- Сформировать умение применять это общеразвивающее упражнение в различных условиях и ситуациях.



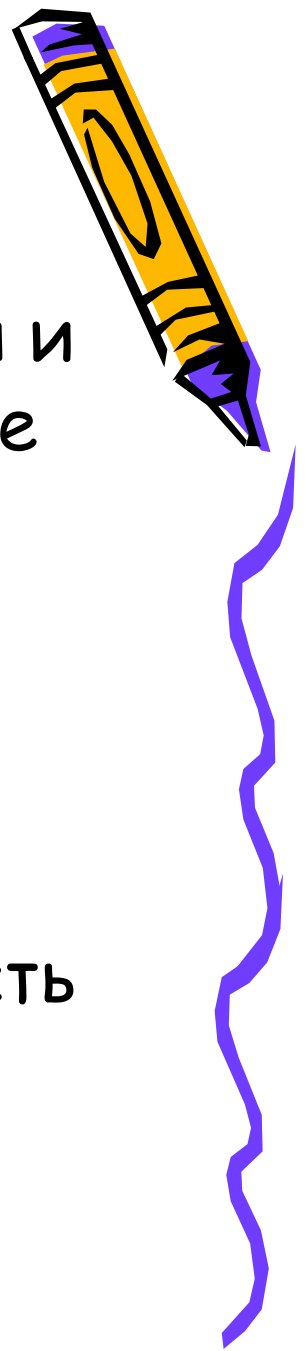


Особенности  
воспроизведения  
движений



Для 1-ой стадии характерно широкое иррадирование процесса возбуждения и недостаточное внутреннее торможение при ознакомлении ребенка с новым движением.

Ребенок испытывает неуверенность, у него появляются лишние движения, неточность их воспроизведения в пространстве и времени, напряженность мускулатуры.

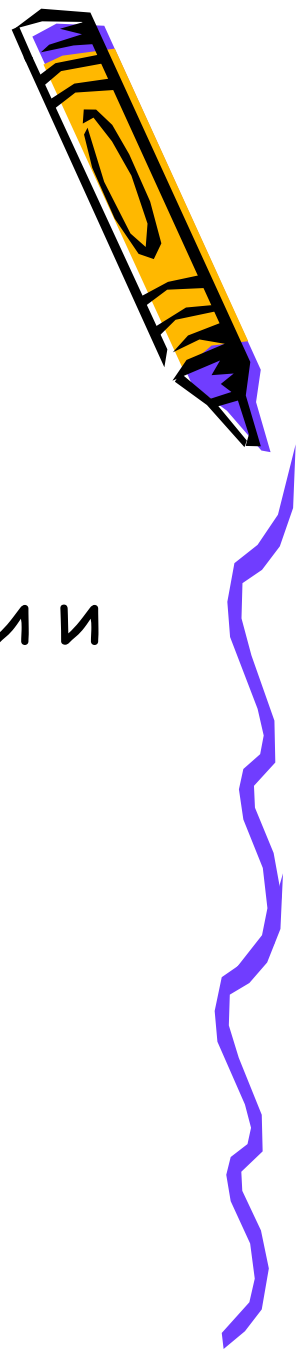




Образование двигательного навыка на 2-й стадии происходит волнообразно. Ребенок то легко выполняет двигательные действия, то, по прошествии времени, как будто впервые выполняет его. Постепенно происходит уточнение и совершенствование двигательного умения.

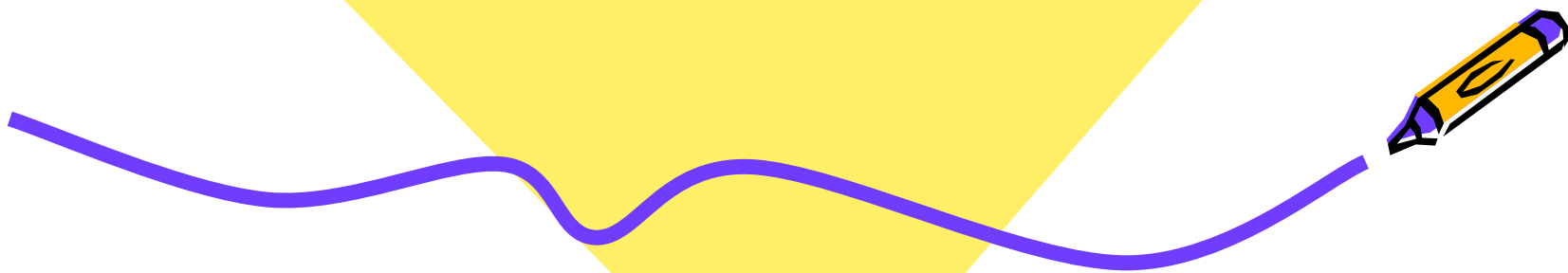


На 3-й стадии ребенок овладевает навыком. Его движения становятся экономичными, свободными, точными и раскованными. Ребенок осознает двигательную задачу, творчески использует движение в игровой и жизненных ситуациях.





# Методы обучения



# 1-й - первоначальное разучивание

## **Словесный:**

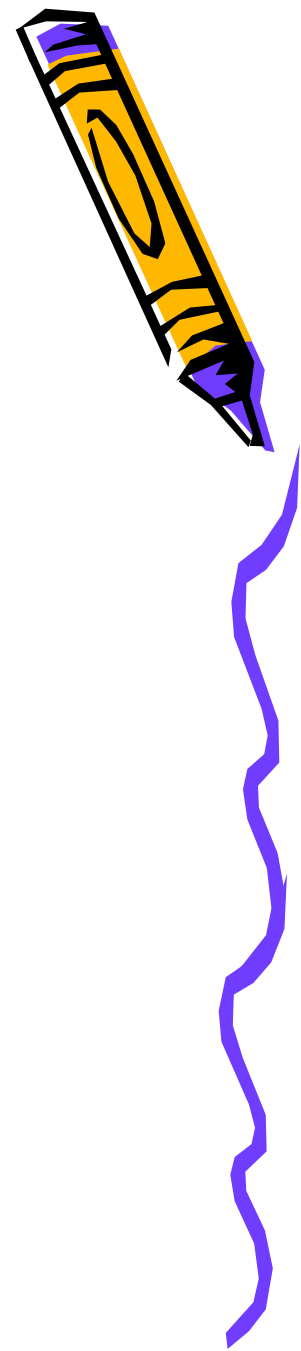
объяснение, подача команд, сигналы

## **Наглядный:**

показ, имитация, предметная наглядность,  
непосредственная помощь воспитателя

## **Практический:**

повтор упражнений без изменений



# 2-й - углубленное разучивание

## **Словесный:**

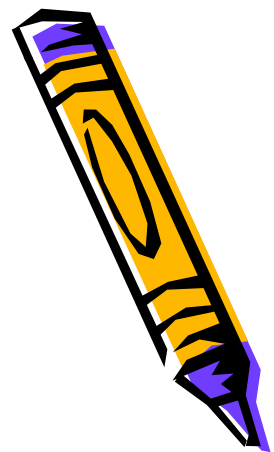
объяснение, пояснения, указания

## **Наглядный:**

показ, использование наглядных пособий, имитация, зрительные ориентиры, предметная наглядность, наглядно-слуховые приемы, непосредственная помощь воспитателя

## **Практический:**

Повторение упражнений без изменений, проведение упражнений в игровой форме



# 3-й - закрепление навыка и совершенствовании техники

## Словесный:

Подача команд, распряжений, сигналов, вопросы к детям, образный сюжетный рассказ, беседа, словесная инструкция, считалки

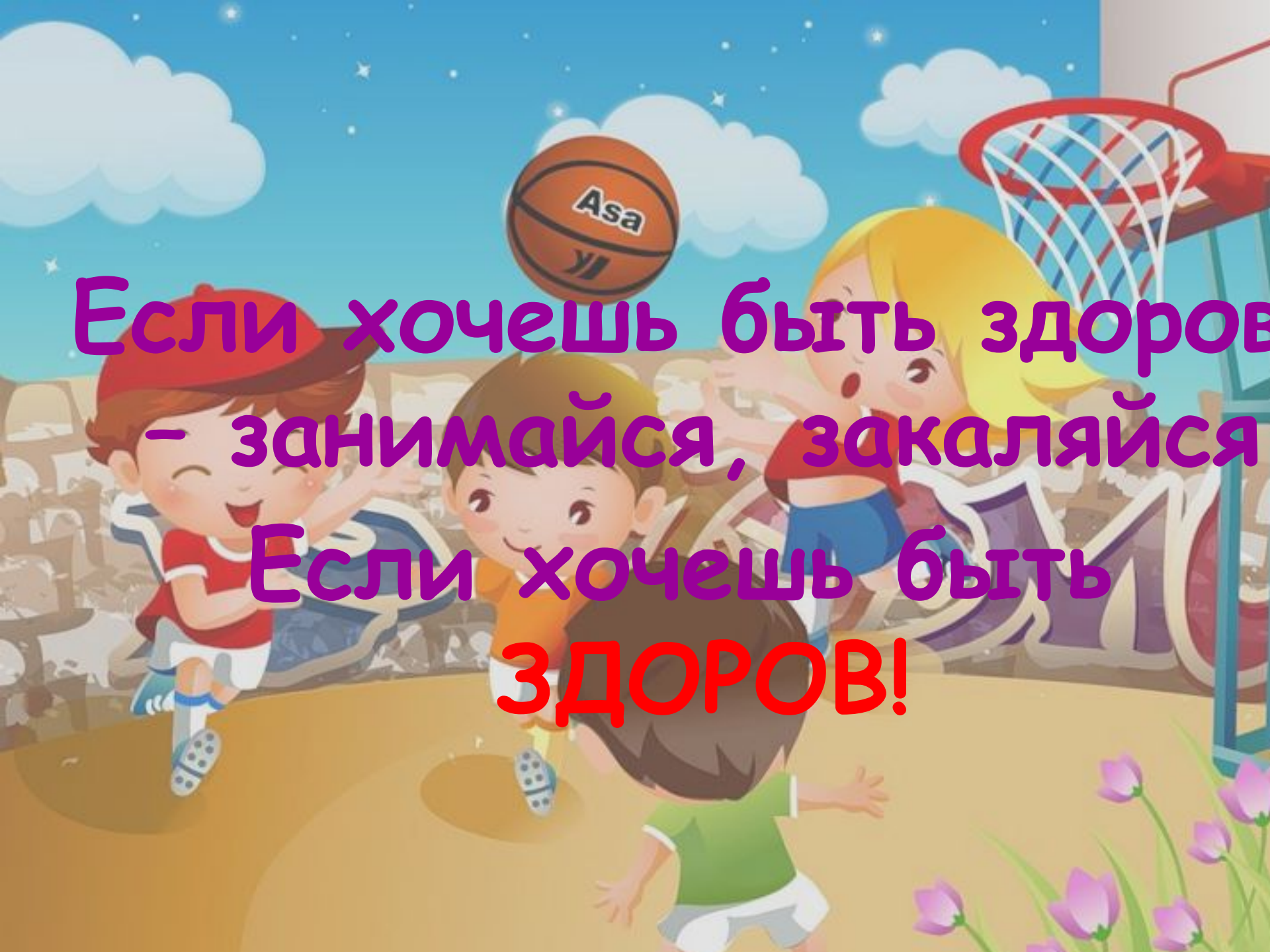
## Наглядный:

имитация, зрительные ориентиры, предметная наглядность, наглядно-слуховые приемы

## Практический:

Повторение упражнений с изменениями и без изменений, проведение упражнений в игровой форме



An illustration of four children playing basketball on a court at night. A boy in a red shirt and cap is on the left, a girl with blonde hair is on the right, and two other children are in the foreground. A basketball with the brand name 'Asa' is in the air. A basketball hoop is visible on the right. The background shows a city skyline under a starry night sky with clouds. The text is overlaid on the scene.

Если хочешь быть здоров  
– занимайся, закаляйся.  
Если хочешь быть  
**ЗДОРОВ!**