

В.И. Лях

РАЗВИТИЕ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДОШКОЛЬНИКОВ



Издательство «СПОРТ»

Москва • 2019

УДК 796/799
ББК 75.1
Л98

*Издательство «СПОРТ» – член Международной ассоциации
издателей спортивной литературы*

Лях В. И.

Л98 Развитие координационных способностей у дошкольников / В. И. Лях. – М. : Спорт, 2019. – 128 с.

ISBN 978-5-906839-61-9

В книге впервые в отечественной литературе на основе обширного научного материала раскрывается целостная концепция теории и методики развития, тренировки и диагностики координационных способностей (КС) дошкольников.

Для специалистов по физическому воспитанию дошкольников, педагогов и воспитателей дошкольных образовательных учреждений, учителей физической культуры начальных классов школы, тренеров-преподавателей спортивных школ, преподавателей и студентов высших и средних специальных учебных заведений физической культуры, факультетов физической культуры педагогических вузов, а также для широкого круга читателей.

ISBN 978-5-906839-61-9

© Лях В. И., текст, 2019
© Оформление. ООО «Издательство
«Спорт»», 2019

Содержание

Введение	5
Глава 1. Характеристика и значение координационных способностей у детей дошкольного возраста	7
1.1. Понятие «координационные способности» и необходимость их развития (тренировки) у дошкольников	7
1.2. Факторы, от которых зависит развитие КС	14
1.3. Возрастно-половые и индивидуальные особенности развития КС у детей с 3 до 7 лет	22
1.4. Тренируемость (податливость на целенаправленные воздействия) КС у детей с 4 до 6 лет	30
1.5. Обучение двигательным действиям и развитие КС в связи с проблемой лево-правосторонней асимметрии	33
Глава 2. Основы теории и методики развития КС дошкольников	46
2.1. Цель, задачи и основные положения целенаправленного развития (тренировки) КС	46
2.2. Средства, методы и методические приемы	49
2.3. Формы и организация занятий	52
Глава 3. Направленное совершенствование специфических КС	55
3.1. Способности к точности дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений	55
3.2. Способность к ориентированию в пространстве	79
3.3. Способность сохранять равновесие	80
3.4. Способность к реакции	83
3.5. Чувство ритма	85
3.6. Упражнения, направленные на синтетическое развитие КС	88
Глава 4. Диагностика (оценка) КС детей дошкольного возраста	100
4.1. Критерии и методы оценки КС	100
4.2. Общие указания по методике тестирования	104
4.3. Двигательные тесты для оценки КС дошкольников	105
Заключение	123
Литература	125