

## ПРОБЛЕМЫ НАУЧНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*Г. Р. Муратова*

*доцент Коканского государственного педагогического института*

**Аннотация:** в статье речь пойдёт о проблемах физического воспитания детей дошкольного возраста. Известно, что физическая культура повышает функциональные возможности организма ребенка, успешно развивает его интеллектуальные способности и положительно влияет на подвижность детей. Физические упражнения часто выполняются всей группой, вследствие чего у детей развивается чувство коллективизма, общительность, организованность и дисциплина.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, дошкольное образование, умственный труд, физический труд, физическое развитие; эстетическое воспитание, здоровье, физические качества.

**Annotatsiya:** maqolada maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tarbiyasi muammolari muhokama qilinadi. Ma'lumki, jismoniy madaniyat bola tanasining funksional imkoniyatlarini oshiradi, uning intellektual qobiliyatlarini muvaffaqiyatli rivojlantiradi va bolalarning harakatchanligiga ijobiy ta'sir ko'rsatadi. Jismoniy mashqlar ko'pincha butun guruh tomonidan amalga oshiriladi, natijada bolalarda kollektivizm hissi paydo bo'ladi, uyushqoqlik va intizom.

**Kalit so'zlar:** jismoniy tarbiya maktabgacha ta'lim, aqliy mehnat, jismoniy tarbiya, jismoniy rivojlanish; estetik tarbiya, salomatlik, jismoniy fazilatlar

**Abstract:** the article will focus on the problems of physical education of preschool children. It is known that physical culture increases the functional capabilities of the child's body, successfully develops his intellectual abilities and positively affects the mobility of children. Physical exercises are often performed by the whole group, as a result of which children develop a sense of teamwork, sociability, organization and discipline.

**Keywords:** physical education preschool education mental work physical work physical development; aesthetic education health motor abilities

**Актуальность.** Правильное физическое воспитание детей - одна из ведущих задач дошкольных учреждений. Хорошее здоровье, полученное в дошкольном возрасте, является фундаментом общего развития человека. Ни в какой другой период жизни физическое воспитание не связано так тесно с общим воспитанием, как в первые шесть лет. В период дошкольного детства у ребенка

закладываются основы здоровья, долголетия, всесторонней двигательной подготовленности и гармоничного физического развития.

**Цель исследования** – путём сравнительного анализа научно-методической литературы обосновать эффективность программы по физическому воспитанию детей дошкольного возраста.

**Объект исследования** – физическое воспитание детей дошкольного возраста.

**Предмет исследования** – процесс физического воспитания детей дошкольного возраста.

**Гипотеза исследования.** Физическое воспитание детей дошкольного возраста будут улучшаться, если:

- изучены теоретические основы организации физического воспитания детей дошкольного возраста в условиях дошкольной образовательной организации.

- разработана программа по эффективной организации условий физического воспитания детей дошкольного возраста.

Педагогические исследования предусматривали решение следующих задач: изучить теоретические основы организации физического воспитания детей в условиях дошкольной образовательной организации.

- обосновать эффективность рекомендуемой программы по организации условий физического воспитания детей дошкольного возраста

**Методы исследования:** сравнительный анализ научно-методической литературы, педагогические наблюдения, тестирование.

**Организация исследования:** исследование проходило с сентября 2023 по апрель 2024 года в ДООУ № 4 «Наргиз» г. Коканда.

Сохранение здоровья детей дошкольного возраста считается главным направлением работы государства и общества в целом, так, как только здоровое поколение может обеспечить в будущем процветание страны. Здоровый образ жизни необходимо формировать с раннего детства, когда организм пластичен и легко поддается формированию способности осваивать новые движения.

Дети дошкольного возраста осваивают двигательные действие в медленном темпе. Упражнения не должны быть продолжительными и однообразными, желательно их повторять в разных условиях и с разной интенсивностью, в усложненных и упрощённых вариантах [2].

Важное значение в физическом воспитании дошкольников имеют игровые технологии и задания, которые всегда интересны детям, т.к. игры обладают большим эмоциональным зарядом, отличаются вариативностью и дают

возможность оперативно решать различные двигательные задачи. Посредством игр у дошкольников развивается творческое мышление, т.к. они учатся использовать знакомые движения в постоянно изменяющихся условиях игры, активизируется креативное мышление и самостоятельное осмысление двигательных действий в непривычных условиях. [3].

Таким образом, перед нами изначально встала задача – сформировать у дошкольников мотивацию и интерес к систематическим занятиям физическими упражнениями. Эту мотивацию можно сформировать только в том случае, если поставленная перед ребенком цель достижима и реальна. В противном случае уже к шести годам у детей дошкольного возраста может сформироваться устойчивая пассивность при выполнении любых двигательных действий.

При разработке программы по эффективной организации и проведения занятий физической культуры с детьми дошкольного возраста, нами была актуализирована проблема, решения задач физического воспитания дошкольников путём использования современных и традиционных методов. По нашему мнению это должно способствовать активизации и усовершенствованию функциональных систем детского организма, повысить работоспособность и защитить детский организм от неблагоприятных факторов внешней среды. В то же время следует придерживаться строгой последовательности при условии, что программы принимают во внимание возрастное обоснование и возможности ребенка в каждый период его жизни, состояние нервной системы и всего организма в целом. Форсирование требований, ускорение темпов обучения детей в обход физиологических и морфофункциональных закономерностей развития их организма, следует считать неприемлемым, т.к. это может вызвать непосильную нагрузку на организм, нанося вред здоровью и психологическому состоянию детей.

В течение всего периода педагогических наблюдений за реализацией рекомендуемой нами программы чередовались разные виды досуга физической направленности: сюжетные, интегрированные, игры-эстафеты, двигательный калейдоскоп и т.д. Вербальные приёмы включали в себя образный сюжет и чаще всего использовались для объяснения управляемой сюжетом подвижной игры. Сюжет рассказа, его содержание были понятны детям, поэтому этот приём требовал тщательного планирования и продумывания. Такая работа помогает сформировать у дошкольника представление о разыгрываемом сюжете, ребёнок формирует идеи, необходимые для успешной игры. Образовательный эффект сюжетных игр высок, у ребёнка развивается креативное воображение, фантазия. Сюжет способствует вхождению в образ, воспитанию выразительности



движений [4]. Вся эта работа проводилась на открытом воздухе или в помещении, в зависимости от времени года и погоды. В сюжетные игры включались занимательные персонажи из знакомых сказок и детских рассказов, а в заключение игр использовались различные поощрения: медальки, сладости, наклейки и т.д.

Во второй половине дня проводились физкультминутки через 30 минут после сна. По данным исследований физические упражнения сразу же после пробуждения не являются полезными, потому что мозг и мышцы не успевают переключиться со сна на бодрствование.

На прогулке большая часть отводилась проведению физических упражнений, но иногда включались игровые упражнения с элементами бега и прыжков. Широко использовались упражнения с различным инвентарём: скакалки, мячи, обручи, гимнастические палки и др. По итогам проделанной работы можно отметить, что организованные мероприятия помогли развить двигательные навыки, сформировать интерес к физической культуре, укрепить общее состояние здоровья детей и сформировать потребности в активной двигательной деятельности.

### **Заключение**

В результате педагогических наблюдений и анализа научно-методической литературы по теме исследования рассмотрена организация условий физического воспитания детей дошкольного возраста, выявлены проблемы физического воспитания и развития детей, проведена диагностика физического здоровья дошкольников, проанализирован аспект сохранения здоровья детей дошкольного возраста в условиях физического воспитания, рассмотрены возможности разработанной программы физического воспитания.

Подводя итоги, можно отметить следующее:

- в процессе реализации рекомендуемой программы физического воспитания дошкольников был изучен эффект использования методов организации двигательной активности детей дошкольного возраста от обучения движениям и формирования первых навыков здорового образа жизни, от использования нетрадиционных средств восстановления, использовании систем дыхательных упражнений для совершенствования аэробных возможностей и т.д. [4] г

Таким образом, использование в практике работы по физическому воспитанию рекомендуемой нами программы, базируется на учете возрастных особенностей дошкольного возраста, позволяет повысить эффективность процесса физического воспитания и оказывает положительное влияние на

состояние здоровья и динамику физической подготовленности, а также на формирование интереса детей к систематическим занятиям физическими упражнениями.

Проведенные исследования позволили сделать нам следующие выводы. Мощным оздоровительным средством для детей дошкольного возраста является рационально организованная активность. Двигательная активность, создавая энергетическую основу для работы и формирования систем организма, способствует нормальному физическому и психологическому развитию. Таким образом, положительный опыт проведения занятий с дошкольниками показывает, что все перечисленные задачи можно решать путем введения инноваций, интегрированных форм работы, увлекательных физических упражнений. Применение в работе дошкольных учреждений технологий сберегающих здоровье, значительно повысит результативность воспитательно-образовательного процесса, создаст у педагогов и родителей ценностные ориентации, направленные на сохранение и укрепление здоровья детей.

#### ЛИТЕРАТУРА:

1. Глазырина Л. Д., Овсянкин В. А. Методика физического воспитания дошкольного возраста. — М.: Гуманит.изд.центр Владос, 2001. Доскин В. А., Голубева Л. Г. Растем здоровыми. М.: Просвещение, 2002.

2. Муратова, Гулнара Рашитовна. "УКРЕПЛЕНИЕ СОСТОЯНИЕ ОРГАНИЗМА ЧЕРЕЗ ЗАНЯТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ." *INTERNATIONAL CONFERENCE: PROBLEMS AND SCIENTIFIC SOLUTIONS*.. Vol. 2. No. 7. 2023..

Коваленко В. И. здоровьесберегающие технологии. — М.: «ВАКО», 2004.

3. Мелехина Н. А., Колмыкова Л. А. Нетрадиционные подходы к физическому воспитанию детей в ДОУ. — СПб.: «Детство- пресс», 2012. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования. Приказ Министерства образования и науки РФ № 1155 от 17.10.2013.

4. Яковлева Т. С. Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду. — М.: школьная пресса, 2006.

5. Rashitovna, Muratova Gulnara, and Arabboev Qahramon Tokhirzhonovich. "Features Of Physical Education Of Preschoolers." *International Journal of Early Childhood Special Education* 15.2 (2023).

6. Umarov, Abdusamat Abdumalikovich, and Zulxumor Urinboyevna Umarova. "Talaba-yoshlarni jismoniy sifatlarini rivojlantirishda milliy va harakatli o' yinlarning

o'rni." Scientific progress 4.1 (2023): 260-265.

7. Умаров, А. А., Умарова З. У. (2023). СПОРТ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ОБЩЕСТВА: ИНСТИТУЦИОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД. МЕЖДУНАРОДНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ «ВРЕМЯ НАУЧНОГО ПРОГРЕССА», 2 (2), 46–52. Получено с <http://academicsresearch.ru/index.php/ispcttosp/article/view/1264>.

8. Umarov, A. A., and L. I. Kutyanin. "New defoliants: search, properties, application." Chemistry (2000).