

ПРИМЕНЕНИЕ СИСТЕМНО-ДЕЯТЕЛЬНОСТНОГО ПОДХОДА ДЛЯ РАЗВИТИЯ МОТОРИКИ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

КОЗЛОВА ГАЛИНА ГЕННАДЬЕВНА
старший преподаватель
Ферганского государственного университета

Аннотация: В данной научной статье рассматривается важность и эффективность применения системно-деятельностного подхода в контексте развития моторики у детей и подростков. Подход системной деятельности предполагает комплексный подход к обучению и тренировке, включающий в себя систему упражнений, игр и заданий, направленных на развитие различных аспектов моторики. Основываясь на современных исследованиях в области педагогики, физиологии и психологии, данная статья предоставляет аргументацию в пользу использования системно-деятельностного подхода для оптимизации процесса развития моторики у детей и подростков.

Ключевые слова: моторика, дети, подростки, системно-деятельностный подход, развитие, упражнения, игровые формы активности, индивидуализация, физическое здоровье, педагогика

Развитие моторики является важным аспектом в физическом, психологическом и социальном развитии детей и подростков. Умение контролировать свое тело и выполнять различные двигательные действия не только влияет на физическое здоровье, но и оказывает влияние на когнитивные и социальные навыки. В свете этого, использование эффективных методов и подходов для развития моторики у детей и подростков является приоритетной задачей для педагогов, тренеров и родителей. Один из таких подходов - системно-деятельностный подход.

Он основан на представлении о человеке как о системе, взаимодействующей с окружающей средой. В контексте развития моторики это подразумевает создание специально спроектированных сред и задач, которые стимулируют различные аспекты двигательной активности. Важным аспектом этого подхода является учет индивидуальных особенностей каждого ребенка или подростка, а также создание условий для их активного взаимодействия с заданиями и упражнениями.

Многообразие заданий и упражнений: Системно-деятельностный подход предполагает использование широкого спектра заданий и упражнений, направленных на развитие различных аспектов моторики, включая

Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

координацию, гибкость, силу и выносливость. Это могут быть как классические упражнения, такие как бег, прыжки, упражнения на координацию движений, так и игровые формы активности, способствующие развитию моторики через игру и веселье. Многообразие заданий и упражнений: Системно-деятельностный подход предполагает использование широкого спектра заданий и упражнений, направленных на развитие различных аспектов моторики, включая координацию, гибкость, силу и выносливость. Это могут быть как классические упражнения, такие как бег, прыжки, упражнения на координацию движений, так и игровые формы активности, способствующие развитию моторики через игру и веселье. Примерами таких игр могут служить различные виды спортивных игр, эстафеты, танцы, игры с мячом и другие коллективные и индивидуальные виды занятий. Важно, чтобы задания и упражнения были разнообразными и подходили для разных возрастных групп и уровней подготовленности, таким образом обеспечивая максимальную эффективность и интерес участников.

Кроме того, важно учитывать индивидуальные предпочтения и интересы каждого ребенка или подростка при выборе заданий и упражнений. Предоставление возможности выбора между различными видами активности может стимулировать мотивацию и участие, делая процесс развития моторики более эффективным и приятным для участников.

Наконец, важно обеспечить разнообразие в методах обучения и тренировок. Это может включать в себя использование различных форматов занятий, таких как групповые занятия, индивидуальные тренировки, парные упражнения и т. д. Разнообразие в методах обучения помогает поддерживать интерес и мотивацию участников, а также обеспечивает более полное усвоение материала и развитие моторики.

Индивидуальный подход: Каждый ребенок имеет свои уникальные особенности и потребности в развитии моторики. Системно-деятельностный подход предполагает индивидуализацию программы тренировок или занятий в зависимости от возраста, уровня физической подготовленности и особенностей развития каждого ребенка. Это позволяет эффективно адаптировать тренировки под конкретные потребности и способности каждого ученика. Для достижения оптимальных результатов необходимо учитывать такие факторы, как физические ограничения, наличие особых потребностей или заболеваний, а также предпочтения и интересы ребенка. Например, для детей с нарушениями координации движений могут быть разработаны специализированные

Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

программы, включающие упражнения на улучшение баланса и координации, в то время как для детей с высоким уровнем энергии и активности могут быть предложены более интенсивные тренировки или игровые формы активности. Индивидуальный подход также предполагает постоянное отслеживание прогресса каждого ребенка и корректировку программы тренировок в соответствии с его изменяющимися потребностями и достижениями. Это способствует максимальному эффекту от занятий и повышает мотивацию участников к достижению поставленных целей.

Индивидуальный подход также включает в себя учет психологических особенностей каждого ребенка. Некоторым детям может потребоваться дополнительная мотивационная поддержка или психологическое сопровождение для преодоления страхов или неуверенности в собственных силах. В таких случаях системно-деятельностный подход позволяет внедрить элементы позитивной подкрепления, индивидуальные подходы к похвале и поддержке, что способствует не только развитию моторики, но и повышению уверенности в себе и самооценки ребенка.

Еще одним важным аспектом индивидуального подхода является сотрудничество с родителями или опекунами ребенка. Родители могут предоставить дополнительную информацию о здоровье и потребностях ребенка, а также поделиться своими ожиданиями и целями в отношении его развития. Это позволяет создать единое взаимодействие между домашней и школьной средой, что улучшает эффективность программы развития моторики и повышает поддержку и вовлеченность родителей в процесс.

Важно отметить, что успешное применение индивидуального подхода требует наличия квалифицированных педагогов и тренеров, обладающих не только знаниями и навыками в области физической подготовки, но и способных эмпатично взаимодействовать с детьми и адаптировать подход в соответствии с их потребностями. Такой комплексный подход способствует максимальному эффекту от тренировок и обеспечивает оптимальные условия для развития моторики у детей и подростков.

Игровой компонент: Игровые элементы играют важную роль в привлечении внимания детей и подростков к тренировкам и занятиям по развитию моторики. Использование игровых заданий и упражнений не только делает процесс обучения более интересным и увлекательным, но и способствует лучшему усвоению материала и развитию моторики через непосредственное взаимодействие с окружающей средой.

Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

Игровые элементы позволяют детям и подросткам ощутить радость движения, приобрести навыки в игровой форме, а также развивать коммуникативные и социальные навыки через совместную игру и соревнования. Например, игровые задания могут включать в себя соревнования на скорость или точность выполнения движений, игры на развитие координации и баланса, или задания, требующие совместного взаимодействия и командной работы. Игровой компонент также способствует формированию позитивного отношения к физической активности и спорту, что важно для поддержания интереса к занятиям на протяжении длительного времени. Таким образом, включение игрового компонента в программы развития моторики является ключевым аспектом системно-деятельностного подхода, который обеспечивает эффективное и приятное обучение, стимулируя активное участие и вовлеченность учеников.

Игровой компонент также способствует формированию положительного эмоционального опыта от физической активности. Позитивные эмоции, испытываемые во время игры, усиливают мотивацию ребенка к участию в тренировках и занятиях по развитию моторики. Кроме того, игровые сценарии могут быть специально адаптированы для стимулирования интереса к конкретным видам двигательной активности. Например, для детей, не проявляющих интерес к обычным упражнениям, можно предложить игровые сценарии, включающие элементы ролевых игр или приключенческих сюжетов, чтобы привлечь их внимание и увлечь процессом тренировки.

Игровой компонент также способствует развитию творческого мышления и способностей к принятию решений у детей и подростков. В процессе игры они вынуждены придумывать стратегии, решать задачи и принимать быстрые решения, что развивает их когнитивные способности и умения адаптироваться к переменным условиям. Таким образом, игровой компонент не только способствует физическому развитию моторики, но и обогащает общее когнитивное и социальное развитие детей и подростков.

Наконец, игровой компонент обеспечивает возможность создания позитивной атмосферы в группе или классе, что способствует формированию дружеских отношений между участниками. Совместное преодоление игровых задач и соревнований укрепляет командный дух и сплоченность, что является важным аспектом в общем развитии личности и социализации детей и подростков.

В итоге применение системно-деятельностного подхода для развития моторики у детей и подростков представляет собой эффективный и

Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

комплексный подход, позволяющий учитывать индивидуальные особенности каждого ребенка и создавать условия для их оптимального развития. Использование разнообразных заданий, упражнений и игровых форм активности способствует не только физическому, но и психологическому и социальному развитию детей и подростков, делая процесс обучения более интересным и эффективным.

Список литературы:

1. Горяев, В. А. (2009). Теория и методика физической культуры и спорта: учебник для вузов. М.: Физкультура и спорт.
2. Рыбников, Г. В. (2007). Теория и методика физической культуры: учебное пособие. М.: Гардарики.
3. Акимов, Ю. В. (2012). Физическая культура и спорт: учебник для вузов. М.: Физкультура и спорт.
4. Козлова, Г. Г. (2023). Инновационные образовательные технологии в повышении профессионального спортивно-педагогического мастерства студентов. *O'zbekistonda fanlararo innovatsiyalar va ilmiy tadqiqotlar jurnali*, 2(19), 38-42.
5. Козлова, Г. (2024). ОПТИМИЗАЦИЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ПРОГРАММ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДЛЯ ПОВЫШЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ. В *INTERNATIONAL BULLETIN OF APPLIED SCIENCE AND TECHNOLOGY* (Т. 4, Выпуск 1, сс. 138–141).
6. Козлова, Г. Г. (2024). РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ В ПОДДЕРЖАНИИ ОБЩЕГО ЗДОРОВЬЯ. *THE ROLE OF SCIENCE AND INNOVATION IN THE MODERN WORLD*, 3(1), 5-13.
7. Козлова Галина Геннадьевна. (2024). РОЛЬ МЕТОДОЛОГИЧЕСКИХ ИННОВАЦИЙ В ПОВЫШЕНИИ ИНТЕРЕСА СТУДЕНТОВ К УЧАСТИЮ В ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЯХ. *SAMARALI TA'LIM VA BARQAROR INNOVATSIYALAR JURNALI*, 2(2), 14–20.
8. Sultonov, Usmon Ibragimovich. "METHOD OF CONTROLLING THE TRAINING PROCESS OF LONG-DISTANCE RUNNERS." *Eurasian Journal of Academic Research* 2.3 (2022): 132-137.
9. Ibragimovich, Sultonov Usmon. "DYNAMICS OF MORPHOLOGICAL INDICATORS IN THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF LONG-DISTANCE RUNNING." *INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH* ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 11.01 (2022): 129-132.

Sport o'yinlari (futbol, voleybol, basketbol, gandbol)ni rivojlantirish
va mashg'ulotlarni takomillashtirishning dolzarb muammolari

10. Ортиқов, М., et al. "БИАТЛОНЧИЛАРНИМУСОБАҚАЛАРГА ТАЙЁРЛАШДА МАШҒУЛОТЮКЛАМАЛАРИ ВОСИТАЛАРИНИНГОПТИМАЛАЛШТИРИШ." *Central Asian Research Journal for Interdisciplinary Studies (CARJIS)* 1.4 (2021): 156-163.

11. Ibragimovich, Sultanov Usmon. "DYNAMICS OF FORMATION OF PHYSICAL DEVELOPMENT AND PHYSICAL TRAINING OF LONG DISTANCE RUNNERS." *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences* Vol 7.6 (2019)

12. Хамрақулов, Тулқин Тохирович. "РАЗВИТИЕ СИЛОВОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ У СТУДЕНТОВ." *INNOVATIVE DEVELOPMENT IN THE GLOBAL SCIENCE* 2.7 (2023): 255-261.

13. Toxirjonovich, Xamraqulov To'lqin. "ANALYSIS OF ISSUES OF LEGAL ACTION FOR VIOLATION OF AGREEMENTS WITH ATHLETES IN UZBEKISTAN AND FOREIGN COUNTRIES." *INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE & INTERDISCIPLINARY RESEARCH* ISSN: 2277-3630 Impact factor: 7.429 11.09 (2022): 175-178.

14. Талипджанов, Алиджан Акрамович, and Бурханиддин Дониарджон Угли Рахмонов. "ПРИВЛЕЧЕНИЯ ЖЕНЩИН К СПОРТУ." *Proceedings of Scientific Conference on Multidisciplinary Studies*. Vol. 2. No. 4. 2023.

15. Akramovich, Talipdjanov Alidzhan. "PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS IN THE HIGHER EDUCATION SYSTEM." *Galaxy International Interdisciplinary Research Journal* 11.4 (2023): 225-230.