

# ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК ВИД ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Айнур Ибодуллаевна Суярова  
кафедра методики дошкольного образования  
suyarovaainur854@gmail.com  
Рахматова Хилола, студентка 3 курса  
факультета «Дошкольное образование»

**Аннотация:** в данной статье отмечено, что существующее в современном времени значительное несоответствие декларируемых целей физического воспитания реальным возможностям государства по их осуществлению для каждого отдельно взятого человека волнует многих современных исследователей.

**Annotation:** in this article it is noted that the significant discrepancy between the declared goals of physical education and the real possibilities of the state for their implementation for each individual person that exists in modern times worries many modern researchers.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, физические качества, подвижная игра.

**Key words:** physical education, physical qualities, outdoor game.

Решению разнообразных вопросов воспитания современных дошкольников посвящено в научной литературе в последнее время немало трудов. Это объясняется произошедшими в конце двадцатого века в нашей стране различными неблагоприятными социально-экономическими изменениями, которые затронули не только взрослое население страны, но и детей дошкольного возраста.

В детских садах нашего государства особое внимание уделяется физическому воспитанию, которое строится на основе знаний о возрастных, индивидуальных и психофизических особенностях дошкольника. Физическое воспитание ребёнка в условиях учреждений для детей раннего и дошкольного возраста является важной и ответственной задачей

общественного воспитания, т.к. все дети, начиная с самого раннего возраста, должны расти здоровыми, крепкими, гармонически развитыми и чтобы они хорошо учились.

Именно в дошкольном детстве формируется здоровье, общая выносливость, работоспособность, активная жизнедеятельность и др. качества, необходимые для всестороннего гармонического развития личности. Этот возраст наиболее благоприятен для закаливания организма, овладения элементарными жизненно необходимыми двигательными умениями и навыками

Если рассматривать общий комплекс образовательно-воспитательной работы с детьми, то можно обнаружить, что физическое воспитание несомненно занимает особую позицию в детском саду и семье. Именно в период дошкольного развития закладывается фундамент всесторонне гармонично развитой личности, складывающийся из здоровья ребенка, тренировки физиологических функций его организма, интенсивного развития его движений, двигательных навыков и физических качеств. И все это возможно благодаря целенаправленному педагогическому воздействию взрослых и семьи.

К моменту поступления в школу дети должны овладеть определённым запасом двигательных умений и навыков, которые позволят им адаптироваться к новым условиям и требованиям, предъявляемым к учебной деятельности, помогут более успешно усваивать школьную программу не только на первых, но и на последующих этапах обучения, проявления интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и в частности всей физкультурно-спортивной деятельности.

Самым широким понятием, из всех понятий теории физического воспитания является физическая культура. Оно включает в себя содержание всех рассмотренных ниже понятий. Физическая культура-это часть общей культуры, совокупность достижений общества в области физического

совершенствования человека, накопленных в процессе общественно исторической практики.

Физическое развитие - это процесс изменения форм и функций организма человека в течение индивидуальной жизни. Физическая подготовка - прикладная направленность физического воспитания по отношению к трудовой или иной деятельности, требующей физической подготовленности. Физическая подготовленность - это уровень развития двигательных навыков, умений, физических качеств. Физическое совершенство — это исторически обусловленный уровень физического развития и высокая степень здоровья. Физическое воспитание как педагогический процесс целенаправленного формирования двигательных умений и навыков и развития физических качеств.

При обучении движениями, имеющими смысловое значение, важными для жизни или спорта двигательными действиями, занимающиеся приобретают умения рационально и полноценно проявлять свои физические качества. Одновременно с этим они познают закономерности движений своего тела. Воспитание физических качеств является не менее существенной стороной физического воспитания. Целенаправленное управление прогрессирующим развитием силы, быстроты, выносливости и других физических качеств затрагивает комплекс естественных свойств организма и тем самым обуславливает количественные изменения его функциональных возможностей.

В процессе физического воспитания приобретается также широкий круг физкультурных и спортивных знаний социологического, гигиенического, медико-биологического и методического содержания. Знания делают процесс занятий физическими упражнениями более осмысленным и силу этого более результативным. Теория физического воспитания детей дошкольного возраста имеет единое содержание и предмет изучения с общей теорией физического воспитания, вместе с тем специально изучает закономерности физического воспитания ребенка во всех его

возрастных периодах (от рождения до семи лет). Физическое воспитание детей дошкольного возраста - наука об общих закономерностях физического воспитания ребенка. В соответствии с этим теория физического воспитания детей раннего возраста познает общие закономерности управления развитием ребенка в процессе воспитания и обучения.

Несомненно физическое воспитание нужно рассматривать как явление общественно-педагогическое. Кроме того физическому воспитанию принадлежит доминирующая роль в решении и общепедагогических, и специфических образовательно-воспитательных задач, которые продиктованы потребностями современного социума в наиболее эффективном и целесообразном воздействии на развитие человека, а также необходимостью подготовки его к трудовой и другим общественно значимым видам деятельности. Специфику содержания физического воспитания составляют физическое образование и воспитание физических качеств человека.

Если рассматривать эволюционное развитие человечества, то и здесь физическое воспитание играет особо важную роль. Ведь в результате смены человеческих поколений посредством физического воспитания происходит специфическая передача накапливаемого человечеством наиболее рационального опыта использования двигательных возможностей организма, выяснения потенциала людей, что в свою очередь обеспечивает в той или иной мере целенаправленное физическое развитие людей.

Познавая и учитывая закономерности потенциальных возможностей ребенка, теория физического воспитания детей предусматривает требования научно обоснованной программы всею воспитательно-образовательного комплекса физического воспитания, усвоение которой обеспечивает детям необходимый уровень физической подготовленности. Физическое воспитание детей раннего возраста непрерывно развивается и обогащается новыми знаниями, получаемыми путем исследований, охватывающих многообразные стороны физического воспитания ребенка и особенно

формирования его двигательных навыков. Таким образом, теория физического воспитания детей дошкольного возраста, познавая закономерности развития ребенка, выделяя и обосновывая все самое существенное, содействует совершенствованию всей системы физического воспитания. Физическое воспитание детей дошкольного возраста занимает особое место в общей системе национального воспитания. Этот возраст охватывает период от рождения до семи лет. Именно в дошкольном детстве в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, общая выносливость и работоспособность, жизнедеятельность, осуществляется наиболее интенсивный рост и развития важнейших систем организма и их функций, закладывается вся база для всестороннего развития физических и духовных способностей и другое, что необходимо для всестороннего гармонического развития личности. И, как уже было выше сказано, физическое воспитание является основой всестороннего развития ребенка в первые годы жизни, т. к. организованные физкультурные занятия в яслях, детских садах и семьях улучшают деятельность всех физиологических функций организма ребенка, тем самым, повышая устойчивость ребенка к заболеваниям. В связи с этим в системе физического воспитания детей раннего и дошкольного возраста осуществляется единая цель - подготовка к жизни, труду, овладения определенным запасом двигательных навыков и умений в момент поступления в школу, которые помогут более успешно усвоить школьную программу на последующих этапах обучения, проявления интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и в частности всей из культурно-спортивной деятельности. Также, формирование физических качеств, двигательных навыков и умений тесно связано с интеллектуальным и психическим развитием ребенка, с воспитанием нравственно - волевых черт личности, что также характерно основе всестороннего физического воспитания детей дошкольного возраста

Физическое воспитание с точки зрения любой практической деятельности людей имеет и общий прикладной результат, ведь физическая подготовленность, которая проявляется в повышенной трудоспособности, двигательных умениях и навыках, по сути своей является процессом физической подготовки человека к полноценной жизнедеятельности.

Если принять за основу физической подготовленности дошкольников развития их физических качеств, то важным вопросом современной отечественной педагогики становится необходимость изучения закономерностей, а также методологических, методических условий совершенствования процесса развития физических качеств во взаимодействии детского сада и семьи.

У дошкольников существует специфическая особенность – взаимосвязь и взаимозависимость состояния здоровья, физического и нервно-психического развития. Лучшему процессу психического развития способствует полноценное физическое состояние. Во время занятий физическими упражнениями дошкольники не только оздоравливаются в целом, но и получают воспитательное воздействие, благодаря которому у них воспитывается наблюдательность и внимание, развиваются непростые волевые качества, вырабатывается основа характера. Физически воспитанный ребенок становится здоровым человеком и полноценным гражданином своей страны, так как у него формируется здоровый дух, помогающий ему в дальнейшем добиться успехов, быть физически подготовленным к возможным жизненным трудностям.

Наиболее доступным и эффективным методом развития физических качеств детей в процессе физической подготовленности является игра, как возможность вступления дошкольников в непростые взаимоотношения со своими сверстниками, проявления в естественных условиях двигательной активности свои физические возможности.

Организационный процесс подвижной игры в детском саду и семье дает неограниченные возможности комплексного использования различных

методов, которые направлены на формирование гармоничной личности ребенка в целом. По мнению великого ученого И. Хейзинга, детские игры окупаются золотом самой высокой пробы, ибо воспитывают, развивают в ребенке целостно хорошие взаимоотношения между сверстниками и родителями, милосердие и память, честность и внимание, трудолюбие и воображение, интеллект и фантазию, справедливость и наблюдательность, язык и реактивность – словом, все, что составляет богатство человеческой личности.

Таким образом, главной задачей физического воспитания дошкольников является охрана жизни и укрепления здоровья, закаливание организма детей, которая относится к общей оздоровительной задаче. Хорошее здоровье определяется нормальной работой всех органов и систем организма

#### **Список литературы**

1. Матвеева А. П. и Мельникова С. Б. Методика физического воспитания с основами теории. - М., 1991.
2. Мащенко М. В. Физическая культура дошкольника. / М. В. Мащенко, В. А. Шишкина. – Мн.: Ураджай, 2000. – 156 с.
3. Хейзинга Й. Homo Ludens; Статья по истории культуры. – М., 1997
4. Холодов Ж.К. и Кузнецов В. С. Теория и методика физического воспитания и спорта. - М., 2000. – 480 с.
5. Suyarova, A. (2022). ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ. Мактабгача таълим журнали, 1(Preschool education journal).
6. Суярова, А. И. ИГРОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ОСНОВНАЯ ФОРМА РАБОТЫ ПРИ ОБУЧЕНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ.
7. Axroqova, S. (2020). Медико-педагогические и психологические основы подготовки детей с синдромом аутизма к социальной

жизни. *Архив Научных Публикаций JSPI, 1(74)*. извлечено от [https://science.i-edu.uz/index.php/archive\\_jspi/article/view/6488](https://science.i-edu.uz/index.php/archive_jspi/article/view/6488)

8. Yunusov, M. (2020). Методика обучения детей с нарушением слуха на основе мультимедийных средств. *Архив Научных Публикаций JSPI, 1(71)*. извлечено от [https://science.i-edu.uz/index.php/archive\\_jspi/article/view/6367](https://science.i-edu.uz/index.php/archive_jspi/article/view/6367)