

## МЕТОДИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ.

**Каюмова Наргиза Мирзиятовна**

доцент Национального педагогического университета  
им. Низами в Узбекистане

### **Аннотация**

В данном материале рассматривается методика физического воспитания в дошкольных образовательных учреждениях. Описываются основные формы организации двигательной активности детей, включая занятия физической культурой, ежедневные оздоровительные мероприятия, активный отдых, самостоятельную двигательную деятельность и домашние задания. Особое внимание уделяется сочетанию различных методов обучения — наглядных, словесных и практических — с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

### **Annotation**

This material discusses the methodology of physical education in preschool educational institutions. It describes the main forms of organizing children's physical activity, including physical education classes, daily health-improving activities, active recreation, independent motor activity, and homework. Special attention is given to the combination of various teaching methods—visual, verbal, and practical—taking into account the age and individual characteristics of children.

Формы организации физического воспитания – это

учебновоспитательный комплекс красочной деятельности детей, в основе которого лежит двигательная деятельность. Формы организации детского движения следующие:

1. Уроки физкультуры;

2. Ежедневные физкультурно-оздоровительные мероприятия: утренняя гимнастика, активные игры и физические упражнения на прогулках, физминутки, последние физические упражнения после дневного сна, занятия физической культурой;

3. Активный отдых: детский туризм, физкультурный отдых, физкультурные каникулы, дни здоровья, каникулы;

4. Самостоятельная двигательная активность детей;

5. Домашнее задание.

Каждый отдельный метод состоит из целого комплекса различных методов, объединенных одинаковым подходом к задаче и ее решению. Частью метода является деталь, дополняющая и уточняющая его. Воспитатель обогащает учебный процесс общим, творческим применением различных методов в соответствии с поставленными задачами, индивидуализирует его, устраняет однообразие. В процессе обучения детей двигательной деятельности методические приемы подбираются индивидуально в соответствии с задачами и содержанием двигательного материала, уровнем его усвоения детьми, их общим развитием, физическим состоянием, возрастными и типологическими особенностями каждого ребенка. В этом смысле методы обучения сочетаются в различных комбинациях, обеспечивающих, с одной стороны, всестороннее воздействие на все анализаторы при восприятии детьми заданий, а с другой стороны, сознательное и самостоятельное выполнение детьми двигательных заданий.

Сочетание методов в обучении детей движению определяется их взаимодействием. Если воспитатель использует более наглядные методы, например: показывая схему движения на всех этапах обучения и в разных возрастных группах, это может привести к тому, что ребенок будет выполнять упражнения механически, без понимания. В этом случае воздействие на органы восприятия ребенка обогащает его восприятие, в то же время ослабляя необходимый психический процесс, не помогает сознательному запоминанию всех элементов того или иного упражнения в логической последовательности, иногда лишает ребенка возможности

произвольного выполнения упражнения в дальнейшем. Однако использование более и только словесного метода без учета возрастных возможностей ребенка (особенно младшего и среднего возраста) лишает его образного восприятия действий, надежности его интуиции, четкого образного мыслительного процесса. Поэтому воспитатель использует различные методы обучения: наглядные, словесные и практические методы во взаимодействии, стремясь достичь высокого уровня образованности в обучении детей совершению правильных действий. Поэтому способствует всестороннему развитию детей, осознанному усвоению ими упражнений, помогает использовать их самостоятельно и творчески в определенных условиях. Методы, относящиеся к демонстративному методу. При обучении детей движению используются различные приемы демонстрации, приемы наглядности - правильная и наглядная демонстрация воспитателем движения или отдельных элементов движения: подражание окружающим жизненным сценам; использование дальномеров; К наглядным пособиям относится использование фильмов, телепередач, фотографий, фотоснимков и т. д.

Вербальные методы обучения действиям выражаются в следующем: четко, кратко описывать и объяснять детям новые действия на основе имеющегося у них жизненного опыта и воображения; четко показывая действия или определяя некоторые его элементы; в инструкциях, которые необходимы при повторении показанных воспитателем действий или при самостоятельном выполнении детьми упражнений; на предварительном собеседовании, когда требуется ввести новые физические упражнения и двигательные игры или объяснить их при обучении движениям, уточнить сюжет двигательной игры и т. д.; воспитатель понимает последовательность выполнения действий перед выполнением физических упражнений; в вопросах, задаваемых детям с целью определения уровня или проверки наличия представления об 123 образах подвижных игр с сюжетом, для уточнения правил, игровых действий и т. д. Кроме того, указанные приемы выражаются в четкой, эмоциональной и действенной подаче различных команд, приказов и сигналов. Например, воспитатель говорит: «Прыгай, поставив ноги на

ширине плеч!» или «Стой! Раз, два, три — беги!» и так далее. Эти команды требуют разной интонации и динамики, что создает быстроту и точность реакции детей. К ним можно отнести счет вслух и выразительное проговаривание зачатков игры. Музыкальность и ритмичность рифмованных текстов пробуждает в детях эмоциональный настрой, в результате чего эти рифмовки легко усваиваются ими и в дальнейшем используются в самостоятельных играх. Рассказ с образным сюжетом относится к устным приемам. Используется для развития выразительности в движениях и лучшего доступа к образу игры. Гигиенические факторы, естественные силы природы и физические упражнения и др. используются для решения задач физического воспитания дошкольников.

Гигиенические факторы делятся на два типа.

1. Общекультурно-гигиенические факторы.
2. Факторы личной культурной гигиены.

Общие для всех детей требования к факторам общекультурной гигиены: ширина комнаты, освещение, шкафы, столы, стулья, умывальная, галстуки в спальне для детского возраста, уместность роста является частью общей культурной гигиены. Факторы личной культурной гигиены включают гигиену, связанную с личностью ребенка, то есть чистоту ребенка, соответствие его одежды, его ногтей, наличие салфеток, его гардероба, его полотенца, его галстука и т. д. включает такие вещи, как «будь великим». Гигиенические факторы имеют и самостоятельное значение: они способствуют нормальному функционированию всех органов и систем. Например, 125 регулярное и качественное питание положительно влияет на работу пищеварительной системы и обеспечивает своевременную доставку необходимых питательных веществ к другим органам, способствует нормальному развитию и росту ребенка. Полноценный сон дает отдых нервной системе и повышает ее работоспособность. Правильное освещение предотвращает возникновение заболеваний глаз (глаукома и др.), создает комфортные условия для передвижения детей по детской площадке. Строгое соблюдение режима дня учит организованности и дисциплине. Естественные силы природы (Солнце, воздух,

вода) усиливают действие физических упражнений на организм и повышают работоспособность человека. В ходе занятий, выполняемых на солнце, на свежем воздухе или в воде (плавание), появляются положительные эмоции, повышаются функциональные возможности некоторых органов и систем организма (усваивается больше кислорода, усиливается обмен веществ и т. д.). Солнце, воздух и вода используются для тренировки организма и повышения его способности адаптироваться к высоким и низким температурам. В результате этого активизируется аппарат управления теплом, то есть организм человека может вовремя реагировать на различные изменения метеорологических факторов. При этом сочетание естественных сил природы с физическими упражнениями повышает эффективность тренировок.

#### **Список использованных литератур :**

- 1, Каюмова Н.М.,&Якубова.З.З.(2021).Дошкольное образование как способ формирования образованной и воспитанной личности.  
In Современная наука XXI век:научный,культурный,ИТ контекст (pp92-95).
- 2, Kayumova, N. M. (2013). Maktabgacha pedagogika. *O' quv Qo' llanma*.
- 3, Каюмова, Н. М. (2022, November). Функциональные обязанности директора дошкольной образовательной организации. In *INTERNATIONAL SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE" THE TIME OF SCIENTIFIC PROGRESS"* (Vol. 1, No. 3, pp. 102-107).
- 4, Qodirova, F. R., Toshpulatova, S. Q., Kayumova, N. M., & A'zamova, M. N. (2018). *Preschool pedagogy. Textbook) Tashkent-2018*.
- 5, Kayumova, N. M., & Ro'ziyeva, M. M. Oilada bolalarni xalq merosi vositasida ma'naviy-ahloqiy tarbiyalashda xalq pedagogikasining o 'rni. *Uchinchi renessans davrida Maktabgacha ta'lim va tarbiyaning roli" mavzusidagi talabalarning Ilmiy-amaliy anjumani materiallari*, 102-104.

6, Каюмова, Н. М., & Базарбаева, З. О. (2023, October). РЕЧЬ ДЕТЕЙ КАК ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА. In *INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONFERENCE" INNOVATIVE TRENDS IN SCIENCE, PRACTICE AND EDUCATION"* (Vol. 2, No. 8, pp. 68-73).

7, Kayumova, N. M. (2023). EDUCATING CHILDREN IN THE SPIRIT OF NATIONAL VALUES IN PRESCHOOL EDUCATIONAL ORGANIZATIONS AND IN THE FAMILY. *Modern Scientific Research International Scientific Journal*, 1(6), 33-38.

8, Kayumova, N. M., & Turg'unova, M. R. (2023, January). "ILK QADAM" DAVLAT O'QUV DASTURI ASOSIDA MAKTABGACHA TA'LIM TASHKILOTLARIDA TA'LIM JARAYONLARINI TASHKIL ETISH. In *INTERNATIONAL CONFERENCES* (Vol. 1, No. 2, pp. 609-612).

9, Kayumova, N. M., & Turg'unova, M. R. (2023, January). MAKTABGACHA TA'LIMNI SIFAT JIHATDAN TAKOMILLASHTIRISHDA TARBIYACHINING PEDAGOGIK MAHORATI. In *INTERNATIONAL CONFERENCES* (Vol. 1, No. 2, pp. 605-608).

10, Kayumova, N. M., & Murodho'jaeva, Z. M. (2023, January). TARBIYACHINING FAOLIYALARNI TASHKIL ETILISH JARAYONIDAGI IJODKORLIGI. In *INTERNATIONAL CONFERENCES* (Vol. 1, No. 2, pp. 601-604).

11, Kayumova, N. M. (2019). PECULIARITIES OF TEACHING ENGLISH IN ESP CLASSES. *MODERN SCIENTIFIC RESEARCH*, 128.

12, Каюмова, Н. М., & Пирмухамедова, М. Э. (2019). Руководитель дошкольной образовательной организации и его функциональные обязанности. *Актуальные проблемы современного образования: опыт и инновации*, 42.

13, Каюмова, Н. М. (2024). АНДРАГОГИЧЕСКАЯ МОДЕЛЬ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПЕДАГОГОВ ДОО С СЕМЬЯМИ И МЕСТНЫМ СООБЩЕСТВОМ. *World of Scientific news in Science*, 2(2), 27-36.