

XALQ TA'LIMI

ISSN 2181-7839

O'ZBEKISTON RESPUBLIKASI XALQ TA'LIMI VAZIRLIGINING
ILMIY-METODIK JURNALI

Muassis:

O'zbekiston Respublikasi Xalq ta'limi vazirligi

PUBLIC EDUCATION

SCIENTIFIC-METHODICAL JOURNAL
MINISTRY OF PUBLIC EDUCATION OF THE
REPUBLIC OF UZBEKISTAN

2021

1-son

(yanvar-fevral)

Jurnal 1918-yil dekabr oyidan chiqa boshlagan
O'zMAA tomonidan 2013-yil 4-martda qaytadan ro'yxatga olinib, 0104-raqamli guvohnoma berilgan.

TOSHKENT



MADANIYAT, SAN'AT VA MUSIQA TA'LIMI

- D. Kosimova 75** Oliy ta'lim tizimi talabalarida milliy musiqa madaniyatini rivojlantirishning o'ziga xos xususiyatlari



MAKTABGACHA TA'LIM

- D. Asqarova 79** Maktabgacha ta'lim tashkilotlarida teatrlashgan faoliyatni tashkil etishning pedagogik shart-sharoitlari
- K. Sabirova 83** Maktabgacha yoshdagi bolalarni maktab ta'limiga tayyorlashda bilishga bo'lgan qiziqishlarini rivojlantirish



ILM, MA'RIFAT VA RAQAMLI TEXNOLOGIYALAR

- F. To'rabekov 88** Axborot texnologiyalari texnologik ta'limi o'qituvchilarini tayyorlashda mustaqil ta'limni samarali tashkil etish vositasi sifatida



PSIXOLOGIYA

- N. Saidova 94** Boshlang'ich sinf o'quvchilarida matematikaviy kompetensiyalarni shakllantirishda axborot-kommunikatsiya texnologiyalaridan foydalanishning psixologik jihatlari



QIYOSIY PEDAGOGIKA

- B. Akbarov 98** Yaponiyada o'quvchilarni kasb-hunarga yo'naltirish tizimining o'ziga xos xususiyatlari
- M. Dumarov 102** Xorij mamlakatlarida ijtimoiy voqelik idrokiga doir psixologik tadqiqotlar tahlili



AXBOROT TAHDIDLARIDAN HIMOYA

- D. Miraliyeva 107** Bolalarda "ommaviy madaniyat"ga qarshi kurashchanlik ko'nikmasini shakllantirish bugungi kunning dolzarb muammosidir



XALQ PEDAGOGIKASI

- U. Mahkamov, D. Ismoilova 110** Allomalar merosi – milliy tarbiya asosi
- L. Islamova 115** Mirzo Ulug'bek merosidan ta'lim jarayonida foydalanishning dolzarb masalalari



ТЕОРИЯ ОБРАЗОВАНИЯ И ВОСПИТАНИЯ

- И. Ганчерёнок, Я. Исмадияров, Н. Горбачёв 119** Кадровая диалектика для обеспечения цифровой трансформации: кадры или таланты



СОВРЕМЕННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

- Н. Шарипова 128** Информатизация учебного процесса – один из важнейших факторов оптимизации обучения



ФИЗКУЛЬТУРА

- Т. Ачилов, И. Чориев 132** Проектирование технологии личностно-ориентированного физического воспитания школьников
- Ш. Мардонов, Ж. Исаков 136** Физическое развитие на уроках физической культуры в начальной школе



КОРРЕКЦИОННАЯ ПЕДАГОГИКА

- С. Ачилова 140** Логопедическая работа в специализированных учреждениях с диагнозом дизартрия

Шукурулло МАРДОНОВ,

доктор педагогических наук, профессор, Чирчикского
государственного педагогического института

Жамшид ИСАКОВ,

исследователь Джизакского государственного педагогического
института

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ

Annotatsiya

Maqolada zamonaviy sharoitda boshlang'ich sinf o'quvchilarining jismoniy rivojlanish xususiyatlari hamda uning nazariy-metodologik jihatdan o'rganilganligiga e'tibor qaratilgan.

Kalit so'zlar. Jismnoy tarbiya, jismoniy rivojlanish, jismoniy madaniyat, sog'liqni shakllantirish, boshlang'ich sinf o'quvchilari, egiluvchanlik.

В статье рассматриваются особенности физического развития детей младшего школьного возраста на современном этапе, а также обращено внимание к теоретико-методологическим аспектам в области физического воспитания детей данного контингента.

Ключевые слова. Физическое воспитание, физическая культура, физическое развитие, формирование здоровья, младшие школьники, выносливость, гибкость.

The article examines the features of the physical development of primary school children at the present stage, and also draws attention to the theoretical and methodological aspects in the field of physical education of children of this contingent.

Key words. Physical education, physical culture, physical development, health formation, primary school students, endurance, flexibility.

Основополагающим программным документом, определяющим главные задачи в области физкультуры и спорта в нашей стране является Указ Президента Республики Узбекистан "О мерах по дальнейшему совершенствованию и популяризации физической культуры и спорта в Республике Узбекистан" № УП-5924 от 24 января 2020 г., а также Концепция развития физической культуры и спорта Республики Узбекистан до 2025 года, являющейся Приложением к данному Указу[1;2].

В Концепции намечены такие меры по совершенствованию массовой физической культуры граждан, начиная с раннего возраста:

привлечение детей и подростков к регулярным занятиям физкультурой и массовым спортом посредством совершенствования и применения инновационных методов физического воспитания в образовательных учреждениях, начиная с дошкольных образовательных учреждений;

формирование здоровой, сильной и действенной мотивации у детей младшего возраста к занятиям спортом, а также развитие навыков самостоятельного планирования и выбора спортивного занятия на основе их определенных показателей;

поддержка на оздоровительном и начальном подготовительном этапах в первую очередь общего физического развития детей и их интереса к определенному виду спорта, оказание содействия занимающимся детям в освоении предмета “физическое воспитание”;

организация и проведение фестивалей “Школьный спорт”, а также соревнований по различным видам спорта, в том числе “Школьные футбольные лиги” среди учащихся общеобразовательных школ;

повышения эффективности использования спортивных сооружений высших образовательных учреждений и общеобразовательных школ до 60 процентов.

Как видно из данного документа, большое значение придается именно массовой физической культуре, центром формирования которой являются образовательные учреждения. Средняя общеобразовательная школа занимает в образовательной иерархии особое место – особенно начальные классы, так как в ДОУ (дошкольные образовательные учреждения) закладываются лишь первоначальные зачатки физкультурных знаний и навыков, а главные основы физической культуры формируются именно в младшем школьном возрасте.

Теоретическая база нашей работы настоящего опирается на определение ведущих понятий исследования – “физическая культура”, “физическое воспитание”, “физическое развитие”.

Физическая культура личности – часть культуры, усвоенная человеком, органическое единство потребности в физических или спортивных занятиях, необходимых для удовлетворения знаний, умений, навыков, активной физкультурной или спортивной деятельности, направленное на физическое и связанное с ней духовное совершенствование, профессионально-прикладную физическую подготовку, укрепление здоровья, повышение физической и умственной работоспособности, психофизическую реабилитацию и рекреацию в процессе деятельности [3;4;5].

Физическая культура представляет собой сложное общественное явление, которое не ограничено решением только задач физического развития, а выполняет и другие социальные заказы общества в области политики, морали, воспитания, эстетики.

Реализация потенциала физического воспитания базируется в настоящее время на создании принципиально новой инфраструктуры в общеобразовательной школе:

1) соответствие содержания физического воспитания особенностям возрастного развития, индивидуальному морфофункциональному состоянию, физкультурно-спортивным склонностям и интересам каждого школьника;

2) применение современных педагогических технологий физического воспитания, адекватных его особенностям и ведущим задачам;

3) комплексный подход к формированию всесторонней гармоничной личности через активизацию эстетических, нравственных, духовных, здоровьесформирующих, здоровьесберегающих компонентов физической культуры.

К общим целям физической культуры относятся:

– формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья;

– оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха;

– формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в береж-

ном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни [8; 9; 10].

Общие задачи физической культуры:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств (скоростных, скоростно-силовых, гибкость, общей выносливости, специальных и специфических координационных) и повышение функциональных возможностей организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, нервной системы и опорно-двигательного аппарата);

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта (легкая атлетика, гимнастика с элементами акробатики, лыжная подготовка, спортивные игры: баскетбол, волейбол);

- освоение знаний физической культуре и спорте (физическая подготовка, быстрота, гибкость, координация, ловкость), их истории и современном развитии (Олимпийские игры древности, зарождение Олимпийского движения), формирование здорового образа жизни (закаливание, гигиена, режим дня, вредные привычки и их пагубное влияние на организм);

- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности (УГГ – утренняя гигиеническая гимнастика, физкультминутки, подвижные игры, корригирующие упражнения), самостоятельной организации занятий физическими упражнениями (требование техники безопасности и гигиенических правил);

- воспитание положительных качеств личности учащихся – таких, как ответственность, самостоятельность, активность, трудолюбие, упорство, терпеливость, норм коллективного взаимодействия (взаимопонимание, взаимовыручка, помощь) и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности [11; 12].

Развитие – это объективный процесс внутреннего последовательного количественного и качественного изменения физических и духовных сил человека. Развитие проявляется как прогрессивное усложнение, углубление, расширение, как переход от простого к сложному, от незнания к знанию, от низших форм жизни и деятельности к высшим.

Развитие человека представляет собой сложный и чрезвычайно подвижный процесс. Так, он протекает как последовательная смена стадий развития. Из психологии известно, что человеческая жизнь проходит через такие стадии, как детство, отрочество, юность, зрелость, взрослость и старость.

Физическое развитие: 1) процесс изменения морфологических и функциональных свойств организма в процессе его индивидуального развития; 2) совокупность морфологических и функциональных свойств организма, определяющих запас его физических сил, выносливость и дееспособность; оценивается методом антропометрии, обобщенные данные которой служат одним из показателей состояния здоровья населения.

Физическое развитие – это процесс изменения форм и функций организма человека под влиянием условий жизни и воспитания. Физическое развитие также является одним из важнейших объективных критериев здоровья подрастающего поколения. Согласно определению Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), "здоровье – это не только отсутствие болезней и физических дефек-

тов, а состояние полного физического, духовного и социального благополучия”.

Оценка физического развития детей является важным критерием в медицинском обследовании и имеет значение в первую очередь для врачей-педиатров, во вторую очередь для врачей общей практики и, конечно же, для педагогов. В последние десятилетия отмечается тенденция к ухудшению показателей физического развития, особенно в экологически неблагоприятных регионах. Как следствие, могут развиваться патологические изменения со стороны систем и аппаратов внутренних органов, а также происходят дезадаптивные изменения психоэмоциональной сферы. Эти нарушения у детей начинают ярко проявляться с увеличением нагрузок, связанных с процессом обучения в школе.

В такой ситуации предмет “физическая культура” имеет важное значение, так как в период существенных умственных нагрузок он позволяет поддерживать состояние здоровья детей на хорошем уровне через упражнения и физическую активность. Снижение двигательной активности ребенка, обусловленной нарушениями физического развития, может усугубить изменения со стороны внутренних органов. Физкультура – это осознанная двигательная активность, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Разработка нормативов по физическому воспитанию в школах должна проводиться обязательно с учетом возрастных особенностей учащихся.

Использованная литература:

1. Указ Президента Республики Узбекистан “О мерах по дальнейшему совершенствованию и популяризации физической культуры и спорта в Республике Узбекистан” № УП-5924 от 24 января 2020 г.

2. Концепция развития физической культуры и спорта Республики Узбекистан до 2025 года Приложение № 1к Указу Президента Республики Узбекистан от 24 января 2020 года № УП-5924.

3. Ашмарин Б.А. Теория и методики физического воспитания: Учеб.для пед. институтов. – М., 1990. – С.380.

4. Гулько Я.Н., Зуев С.Н. Физическая культура. – М., 2000. – С.206.

5. Кайнова Э.Б. Общая педагогика физической культуры и спорта: учебное пособие. – М.: ИД “Форум”: ИНФРА-М, 2014. – С.205.

6. Мансуров И.И. Теоретико-методические основы физической культуры в школе: Учеб.пособие. – Карачаевск: Изд. КЧГУ, 2003. – С. 361.

7. Неверкович С.Д., Аронова Т.В., Баймурзин А.Р. и др. Педагогика физической культуры и спорта: учебник для студ. высш. учеб.заведений [Текст] / под ред. С.Д. Неверковича. - М.: Издательский центр “Академия”, 2010. – С.329.

8. Железняк Ю.Д., Минбулатов В.М. Теория и методика обучения предмету “Физическая культуры”: учеб.пособ. для студ. высш. пед. учеб. заведений. – М.: Академия, 2004. – С.272.

9. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник 2-е изд. – М., 2003. – С.464.

10. Степаненкова, Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений / Э.Я. Степаненкова. - 2-е изд., испр. – М.: Издательский центр “Академия”, 2006. – С.368.