

СОВРЕМЕННЫЕ ПОДХОДЫ К ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ

Райимжанова Нодира Лочинбековна-
*Докторант Наманганского государственного
педагогического института*
тел. +998 93 681 80 31

Ашурова Анастасия Александровна-
*Студентка Наманганского государственного
педагогического института*
тел. +998 97 768 85 55

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.23323202>

Аннотация. В статье рассматриваются современные подходы к организации физического воспитания учащихся начальных классов в условиях образовательных учреждений Республики Узбекистан. Раскрывается значение физического воспитания для физического, интеллектуального и социального развития детей младшего школьного возраста. Особое внимание уделяется личностно-ориентированному, деятельностному, здоровьесберегающему и дифференцированному подходам. Рассматриваются возможности использования подвижных и национальных игр, современных педагогических технологий, внеурочной деятельности и взаимодействия школы с семьёй.

Актуальность исследования связана с необходимостью повышения двигательной активности детей младшего школьного возраста и формирования у них культуры здоровья и устойчивой потребности в здоровом образе жизни.

Ключевые слова: физическое воспитание, начальная школа, учащиеся, двигательная активность, здоровый образ жизни, подвижные игры, национальные игры, педагогические технологии.

BOSHLANG‘ICH SINIF O‘QUVCHILARINING JISMONIY TARBIYASINI TASHKIL ETISHGA ZAMONAVIY YONDASHUVLAR

Annotatsiya. Maqolada O‘zbekiston Respublikasi ta‘lim muassasalarida boshlang‘ich sinf o‘quvchilarining jismoniy tarbiyasini tashkil etishga zamonaviy yondashuvlar ko‘rib chiqiladi. Jismoniy tarbiyaning kichik maktab yoshidagi bolalarning jismoniy, intellektual va ijtimoiy rivojlanishidagi ahamiyati ochib beriladi. Shaxsga yo‘naltirilgan, faoliyatga asoslangan, sog‘liqni saqlashga yo‘naltirilgan va differensial yondashuvlarga alohida e‘tibor qaratiladi. Harakatli va milliy o‘yinlardan, zamonaviy pedagogik texnologiyalardan, darsdan tashqari faoliyatdan hamda maktab va oila hamkorligidan foydalanish imkoniyatlari ko‘rib chiqiladi.

Tadqiqotning dolzarbligi kichik maktab yoshidagi bolalarning harakat faolligini oshirish hamda ularda salomatlik madaniyati va sog‘lom turmush tarziga barqaror ehtiyojni shakllantirish zarurati bilan bog‘liq.

Kalit so‘zlar: jismoniy tarbiya, boshlang‘ich maktab, o‘quvchilar, harakat faolligi, sog‘lom turmush tarzi, harakatli o‘yinlar, milliy o‘yinlar, pedagogik texnologiyalar

MODERN APPROACHES TO ORGANIZING PHYSICAL EDUCATION FOR PRIMARY SCHOOL STUDENTS

Abstract. The article examines modern approaches to organizing physical education for primary school students in educational institutions of the Republic of Uzbekistan. The importance of physical education for the physical, intellectual, and social development of children of primary school age is revealed. Particular attention is paid to personality-oriented, activity-based, health-preserving, and differentiated approaches. The possibilities of using active and national games, modern pedagogical technologies, extracurricular activities, and cooperation between the school and the family are considered.

The relevance of the study is associated with the need to increase the physical activity of primary school-aged children and to develop in them a culture of health and a sustainable need for a healthy lifestyle.

Keywords: *physical education, primary school, students, physical activity, healthy lifestyle, active games, national games, pedagogical technologies.*

ВВЕДЕНИЕ

Физическое воспитание является важной составляющей системы общего образования в Узбекистане, поскольку способствует физическому и интеллектуальному развитию человека, повышению двигательной активности и формированию здорового образа жизни [1].

Период обучения в начальной школе имеет особое значение. Именно в младшем школьном возрасте формируются основные двигательные навыки, привычки и отношение ребёнка к физической активности. Поэтому организация занятий физической культурой должна учитывать возрастные особенности учащихся и создавать условия для их всестороннего развития [5].

Современные социальные условия предъявляют новые требования к организации физического воспитания школьников. Учебная нагрузка, длительное пребывание детей в сидячем положении и уменьшение времени, которое они проводят в активном движении, повышают значение специально организованной физической активности в образовательном процессе.

В связи с этим урок физической культуры должен рассматриваться не только как занятие, на котором учащиеся выполняют определённый комплекс физических упражнений. Его важной задачей является формирование положительного отношения ребёнка к движению, здоровью и физической культуре.

В Республике Узбекистан физическое воспитание является частью государственной системы физической культуры и спорта. Законодательством предусмотрена организация физического воспитания и спортивной деятельности в образовательных учреждениях, включая проведение соответствующих занятий в рамках образовательных программ [1]. Важным направлением является также развитие национальных видов спорта и народных игр. Их использование в образовательном процессе позволяет сочетать физическое развитие учащихся с воспитанием интереса к национальной культуре [1; 7].

Мы знаем, что современная система физического воспитания должна учитывать индивидуальные возможности детей. Учащиеся одного класса могут существенно различаться по уровню физической подготовленности, координации движений, скорости освоения упражнений и интересу к различным видам двигательной деятельности [3;4]. Обычно, в одном классе часть детей уверенно выполняет беговые и прыжковые задания, а другим требуется больше времени для освоения техники. В такой ситуации учитель может предложить разные варианты одного упражнения: изменить дистанцию, количество повторений или сложность задания. Это позволяет включить в работу всех учащихся. Поэтому изучение различных инновационных подходов сегодня является актуальным.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

Теоретической основой исследования стали научные и методические материалы, посвящённые вопросам физического воспитания детей младшего школьного возраста, организации уроков физической культуры, развитию двигательных способностей и формированию культуры здоровья [3;5;6].

В процессе исследования использовались следующие методы:

анализ научной и методической литературы;
изучение педагогического опыта;
сравнительный анализ современных подходов к физическому воспитанию;
обобщение теоретических положений;
анализ современных форм организации двигательной деятельности учащихся.

Особое внимание уделялось источникам, отражающим особенности физического воспитания в образовательных учреждениях Республики Узбекистан [1;5;6].

Изучение научно-методических материалов позволяет сделать вывод о том, что организация физического воспитания младших школьников должна строиться с учётом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся, а также предусматривать разнообразие методов и форм двигательной деятельности [3; 4].

Одним из важных современных направлений является личностно-ориентированный подход. Его сущность заключается в учёте индивидуальных особенностей каждого учащегося, уровня его физической подготовленности, интересов и возможностей [3;4].

В начальной школе дети существенно отличаются друг от друга по уровню физического развития и двигательным способностям. Поэтому одинаковые требования ко всем учащимся не всегда позволяют получить одинаковый педагогический результат.

Учителю необходимо создавать условия, при которых каждый ребёнок может постепенно совершенствовать свои двигательные способности. В этом случае оцениваться должен не только конечный результат, но и индивидуальный прогресс учащегося.

Личностно-ориентированный подход предполагает изменение роли учителя. Педагог выступает не только организатором выполнения упражнений, но и помогает ребёнку осознать собственные достижения и постепенно повышать уровень двигательной активности.

Важное значение имеет деятельностный подход. В рамках данного подхода учащийся рассматривается как активный участник образовательного процесса. Ребёнок должен не только выполнять команды учителя, но и принимать участие в игровых

заданиях, эстафетах, групповых упражнениях и других формах двигательной деятельности [4].

Применение деятельностного подхода способствует развитию самостоятельности, инициативности и способности взаимодействовать со сверстниками. Кроме того, выполнение различных двигательных заданий позволяет одновременно развивать физические качества и формировать необходимые личностные качества.

Методы развития двигательных способностей должны подбираться с учётом содержания занятия и подготовленности учащихся [3].

Таким образом, современный урок физической культуры должен объединять обучение двигательным действиям, развитие физических качеств и воспитание личности учащегося.

Одним из основных требований современной организации физического воспитания является сохранение и укрепление здоровья учащихся.

Здоровьесберегающий подход предполагает рациональное распределение физической нагрузки, соблюдение требований безопасности, учёт возрастных особенностей детей и создание благоприятной эмоциональной атмосферы на занятии [6].

Физическая нагрузка должна соответствовать возможностям учащихся. Чрезмерно высокая нагрузка может привести к переутомлению и снижению интереса к занятиям, а недостаточная нагрузка не обеспечивает необходимого развивающего эффекта.

Поэтому учителю необходимо контролировать состояние учащихся во время занятия, обращать внимание на их самочувствие и при необходимости изменять интенсивность выполнения упражнений.

Важное значение имеет дифференцированный подход. Он предусматривает подбор заданий с различной степенью сложности в зависимости от возможностей конкретного ребёнка [3;4].

Например, во время выполнения эстафеты одной группе учащихся можно предложить более простой вариант задания, а другой — более сложный. Можно также изменять расстояние, количество повторений, продолжительность выполнения или условия упражнения. Такой подход позволяет избежать ситуации, когда слабо подготовленный ребёнок постоянно испытывает трудности, а хорошо подготовленный учащийся не получает достаточной двигательной нагрузки.

Формирование культуры здоровья у детей младшего школьного возраста также является важной задачей физического воспитания. Учащиеся должны постепенно понимать значение двигательной активности, соблюдения режима дня и заботы о собственном здоровье [6].

Особое внимание необходимо уделять эмоциональному состоянию детей. Поддержка со стороны учителя, доброжелательная атмосфера и отсутствие постоянного негативного сравнения учащихся между собой способствуют формированию положительного отношения к физической культуре.

Современные дети ухитряются совмещать учебу в школе с множеством секций, учат по несколько языков одновременно и к выпускному превращаются в серьезных карьеристов. Конечно, это здорово, но родители так хотели, чтобы из ребенка получился успешный специалист, что упустили главное: личность не может формироваться без игр

и отдыха [2]. Поэтому подвижные игры занимают важное место в физическом воспитании детей младшего школьного возраста. Игровая деятельность соответствует возрастным особенностям детей и позволяет сделать занятия более интересными и эмоциональными.

С помощью подвижных игр можно развивать быстроту, ловкость, координацию движений, выносливость и другие физические качества [5;7].

Кроме физического развития, игры способствуют формированию навыков общения и сотрудничества. Во время коллективных игр дети учатся соблюдать правила, взаимодействовать друг с другом, проявлять взаимопомощь и ответственность.

Для физического воспитания в Узбекистане особое значение имеют национальные игры. Они позволяют соединить физическую активность с воспитанием интереса к национальной культуре и традициям [1;7].

Использование национальных и подвижных игр может осуществляться на различных этапах урока. Их можно включать в подготовительную, основную часть занятия или использовать в заключительной части.

При выборе игры учитель, несомненно, должен учитывать возраст учащихся, количество детей, условия проведения занятия, уровень физической подготовленности и требования безопасности. Например, игры с бегом могут использоваться для развития быстроты и выносливости, игры с передачей и ловлей предметов — для совершенствования координации, а командные игры — для развития взаимодействия между учащимися.

Использование национальных игр имеет и воспитательное значение. Знакомство детей с традиционными формами физической активности способствует сохранению культурного наследия и формированию интереса к национальным традициям [7].

Современное физическое воспитание предполагает использование педагогических технологий, которые повышают активность и заинтересованность учащихся. К современным технологиям можно отнести игровые, групповые, проблемно-ориентированные и проектные формы работы.

Игровые технологии особенно эффективны в начальной школе. Они позволяют организовать двигательную деятельность в интересной для ребёнка форме и одновременно решать образовательные и воспитательные задачи [5].

Групповые технологии способствуют развитию сотрудничества. Учащиеся учатся работать в команде, распределять роли, помогать друг другу и соблюдать установленные правила. Например, на уроке можно организовать эстафету с передачей мяча между участниками команды. Дети должны не только выполнить движения, но и договориться о порядке действий, поддерживать друг друга и соблюдать правила. Такая ситуация естественным образом развивает сотрудничество и ответственность.

Важным направлением является использование элементов проблемного обучения. Учитель может предложить учащимся определённую двигательную задачу и дать возможность самостоятельно найти способ её решения. Например, учащимся можно предложить выполнить эстафету таким образом, чтобы команда смогла быстрее пройти дистанцию, соблюдая все установленные правила. В этом случае дети не только

выполняют движения, но и анализируют ситуацию, взаимодействуют друг с другом и принимают решения.

Цифровые технологии также могут использоваться как дополнительное средство обучения. Презентации, видеоматериалы и другие цифровые ресурсы могут применяться для объяснения техники выполнения физических упражнений.

При этом цифровые технологии не должны заменять непосредственную двигательную активность. Их задача заключается в том, чтобы сделать объяснение более понятным и повысить интерес учащихся к занятию.

Современная организация физического воспитания также предполагает разнообразие форм деятельности учащихся. Использование различных упражнений, игр, эстафет и групповых заданий позволяет поддерживать интерес детей и создавать условия для развития различных физических качеств [3;4].

Эффективность физического воспитания зависит не только от уроков физической культуры. Большое значение имеет организация двигательной активности учащихся во внеурочное время.

Одной из важных задач современного физического воспитания является формирование устойчивой мотивации учащихся. Ребёнок должен постепенно понимать, что физическая культура необходима не только для получения оценки, но и для поддержания здоровья, развития физических способностей и активного образа жизни [6].

Положительная мотивация формируется тогда, когда учащийся видит собственный прогресс. Поэтому учителю важно обращать внимание не только на конечный результат, но и на индивидуальные достижения ребёнка.

Например, положительно можно оценивать улучшение техники выполнения упражнения, повышение активности, соблюдение правил безопасности, способность работать в команде и проявление самостоятельности. Такой подход помогает сделать занятия более доступными и эмоционально комфортными для учащихся.

Формирование культуры здоровья у детей младшего школьного возраста является важным условием дальнейшего осознанного отношения к физической активности [6].

На наш взгляд, эффективность физического воспитания в начальной школе особенно зависит от того, насколько ребёнок видит связь между уроком и своей повседневной жизнью. Если физическая активность воспринимается только как обязательный урок, интерес может быстро снижаться. Поэтому учителю важно показывать практическую пользу движения, поддерживать даже небольшой индивидуальный прогресс и создавать такую атмосферу, в которой ребёнку хочется участвовать.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Современная организация физического воспитания учащихся начальных классов у нас в Узбекистане должна основываться на комплексном подходе, объединяющем образовательные, оздоровительные и воспитательные задачи [6]. Личностно-ориентированный и деятельностный подходы позволяют учитывать индивидуальные возможности детей и повышать их активность на занятиях [4].

Здоровьесберегающий и дифференцированный подходы обеспечивают рациональное распределение физической нагрузки и создание благоприятных условий для физического развития учащихся [3].

Особое место в условиях Узбекистана может занимать использование национальных и подвижных игр. Они позволяют сочетать физическое развитие детей с приобщением к национальной культуре и традициям [7].

Современные педагогические технологии позволяют разнообразить уроки физической культуры, повысить активность учащихся и создать условия для развития самостоятельности и навыков сотрудничества [4]. Внеурочная физкультурно-оздоровительная деятельность и сотрудничество школы с семьёй дополняют содержание уроков физической культуры и способствуют формированию устойчивой потребности в двигательной активности.

Таким образом, современное физическое воспитание в начальной школе должно быть направлено не только на развитие физических качеств, но и на формирование культуры здоровья, положительной мотивации, самостоятельности и ответственного отношения ребёнка к физической активности.

Мы считаем, что учитель физической культуры является не только организатором упражнений, но и примером положительного отношения к своему здоровью и активному образу жизни. Доброжелательная поддержка, понятные задания и возможность увидеть собственный результат помогают ребёнку сохранить интерес к физической культуре.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. O‘zbekiston Respublikasining «Jismoniy tarbiya va sport to‘g‘risida»gi Qonuni. O‘RQ-1123-son, 24.03.2026.
2. Азизова Р. И. Развитие креативности у детей младшего школьного возраста посредством подвижных игр." //Ўзбекистонда фанлараро инновациялар ва илмий тадқиқотлар" журнали. – Т. 29. – С. 9-14.
- 3.Акрамова Г. М. Методы воспитания двигательных способностей учеников на уроках физкультуры // Научно-исследовательская работа. — 2019.
4. Вадутов У. Х. Методика организации деятельности учащихся на уроках физической культуры // Научно-исследовательская работа. — 2019.
5. Ганиев С. А. Boshlang‘ich sinf o‘quvchilari uchun jismoniy tarbiya darslarining ahamiyati // Inter education & global study. — 2024. — № 5. — С. 177–182.
6. Шаназаров О. Improvement of the Methodology for Forming a Health Culture among Young School Age Students // Inter Education & Global Study. — 2025. — Issue 4.
7. Усмонходжаев Т. С., Пулатов А. А., Таджибаев С. С., Пулатов Ф. А. Спортивные и подвижные игры. Национальные подвижные игры. — Ташкент: Чулпон, 2018.