

УДК: 796:372.3(072)

DOI 10.33514/1694-7851-2022-4-279-285

**Новикова С.В.**

ага окутуучу

И. Арабаев атындагы Кыргыз мамлекеттик университети

ricana@mail.ru

**Новикова С.В.**

старший преподаватель

Кыргызский государственный университет имени И. Арабаева

ricana@mail.ru

**Novikova S.V.**

Senior Lecturer

Kyrgyz State University named after I. Arabaev

ricana@mail.ru

## МЕКТЕПКЕ ЧЕЙИНКИ БАЛДАРДЫН КЫЙМЫЛ АРАКЕТИНИН ӨЗГӨЧӨЛҮКТӨРҮ

### ОСОБЕННОСТИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

#### FEATURES OF MOTOR ACTIVITY PRESCHOOL CHILDREN

**Аннотация:** Мектепке чейинки куракта адамдын ар тараптуу жана гармониялуу өнүгүү процесси дене тарбиясы жана дене тарбиясы болуп саналат. Мектепке чейинки курактагы балдар үчүн бул ден соолуктун, туура физикалык өнүгүүсүнүн жана жогорку көрсөткүчтөрдүн негизи болуп саналат. Бул жылдардын ичинде кыймыл аракеттерин калыптандыруу, ошондой эле дене сапаттарын баштапкы тарбиялоо. Расмий документтерди, теориялык булактарды талдоо, изилденип жаткан маселе боюнча мектепке чейинки билим берүү уюмунун заманбап бүтүрүүчүсүнүн ден соолугу чың, физикалык өнүгүүсү жакшы, физикалык даярдыгынын жогорку деңгээлине ээ болушу керек, ошондой эле дене түзүлүшүнүн туура калыпта жүрүүсүн сактай билиши керек. Ошондой эле өз демилгеси менен дене тарбиясы менен үзгүлтүксүз алектенүүгө умтулуу, туруктуулукту, кайраттуулукту жана демилгени көрсөтүү менен өз жетишкендиктерин өркүндөтүүгө умтулуу, жогорку (жашына жараша) (физикалык да, психикалык да) көрсөткүчтөргө ээ болуу, бул өзгөчө аны мектепке даярдоо жагынан маанилуу.

**Негизги сөздөр:** мамлекеттик стандарт, сергек жашоо образы, мектепке чейинки балдар, дене тарбия, физикалык өнүгүү, педагогикалык процесс, кыймыл аракети, көндүмдөр, режим.

**Аннотация:** В дошкольные годы процессом всестороннего и гармоничного развития человека является физическое воспитание и физическая активность. Для детей дошкольного возраста это основа для крепкого здоровья, правильного физического развития и высокой работоспособности. В эти годы происходит формирование моторных видов деятельности, а также начальное воспитание физических качеств. Анализ официальных документов, теоретических источников по исследуемой проблеме показывает, что современный выпускник

дошкольной образовательной организации должен обладать крепким здоровьем, хорошим физическим развитием, высоким уровнем физической подготовленности, умением сохранять правильную осанку. А также иметь желание регулярно заниматься физической культурой по собственной инициативе, стремление совершенствовать свои достижения, проявляя выдержку, смелость и инициативу, обладать высокой (соответственно возрасту) работоспособностью (как физической, так и умственной), что особенно важно в плане подготовки его к школе.

**Ключевые слова:** государственный стандарт, ЗОЖ, дошкольники, физическое воспитание, физическое развитие, педагогический процесс, двигательная активность, навыки, режим.

**Annotation:** In preschool years, the process of comprehensive and harmonious development of a person is physical education and physical activity. For preschool children, this is the basis for good health, proper physical development and high performance. During these years, the formation of motor activities, as well as the initial education of physical qualities. Analysis of official documents, theoretical sources on the problem under study shows that a modern graduate of a preschool educational organization must have good health, good physical development, a high level of physical fitness, and the ability to maintain correct posture. And also to have a desire to regularly engage in physical culture on their own initiative, the desire to improve their achievements, showing endurance, courage and initiative, to have high (according to age) performance (both physical and mental), which is especially important in terms of preparing him for school. *сергек жашоо образы, мектепке чейинки балдар, дене тарбия, физикалык өнүгүү, кыймыл аракетти.*

**Keywords:** state standard, healthy lifestyle, preschoolers, physical education, physical development, pedagogical process, motor activity, skills, regimen.

**Актуальность исследования.** На данном этапе развития общества наблюдается тенденция к ухудшению состояния здоровья подрастающего поколения. Процесс достиг масштаба национальной проблемы, поэтому в актуальности вопроса поддержания и улучшения здоровья детей, никто не сомневается [2].

В Концепции охраны здоровья населения Кыргызстана среди приоритетных мер, направленных на защиту здоровья, названо создание условий и активное участие различных групп населения в культурных и спортивных мероприятиях. Таким образом физическое воспитание детей дошкольного возраста следует рассматривать в качестве одной из приоритетных задач в деятельности дошкольного учреждения.

Всемирная Организация Здравоохранения определяет здоровье как полное физическое, психическое и социальное благополучие человека [3]. По определению экспертов данной Организации, демографический потенциал страны определяют дети в возрасте до пяти лет, если больше 35% дошкольников имеют отклонения в здоровье, то проблема его сохранения является не только актуальнейшей педагогической задачей, но и важнейшей стратегической задачей нашего общества в целом.

В процессе всестороннего и гармоничного развития человека является физического воспитания и физической активности для детей дошкольного возраста. В дошкольные годы это является основой для крепкого здоровья, правильного физического развития, высокой работоспособности. В эти годы происходит формирование моторных видов деятельности, а также начальное воспитание физических качеств.

В 2009 году в Кыргызской Республике был принят Закон «Об образовании» [1]. На основании вышеуказанного Закона статья 31. «Охрана здоровья детей и учащейся молодежи» образовательные организации и органы местного самоуправления создают условия, гарантирующие охрану и укрепление здоровья детей и учащейся молодежи. Режим занятий учащихся, в том числе физической культурой, определяются образовательной организацией на основе рекомендаций органов государственного управления образованием Кыргызской Республики по согласованию с государственными органами Кыргызской Республики в области здравоохранения.

Министерством образования и науки Кыргызской Республики в соответствии с Законом «Об образовании» [1] и иными нормативно-правовыми актами Кыргызской Республики в области образования разработан Государственный образовательный стандарт «Дошкольное образование и уход за детьми» [3] и утвержден Постановлением Правительства КР №363 от 29.06.20г. Вышеуказанный государственный стандарт обеспечивает реализацию образовательной области «Физическое развитие», с учетом возраста и индивидуальных особенностей детей. Государственный образовательный стандарт дошкольного образования (далее – ГОС ДО) направлен на решение многих задач, одной из первых названа задача охрана и укрепление физического, психического здоровья детей, их эмоционального благополучия, оказание коррекционно-педагогической помощи с учетом специальных образовательных потребностей [3].

Правительством Кыргызской Республики от 20 декабря 2018 года (№ 600) была утверждена Программа Правительства Кыргызской Республики по охране здоровья населения и развитию системы здравоохранения на 2019-2030 годы «Здоровый человек – процветающая страна»[2]. В Программу включены основные приоритетные государственные программы развития и программы развития органов местного самоуправления, а их реализация – обеспечиваться министерствами, ведомствами и органами местного самоуправления. Министерство здравоохранения Кыргызской Республики является уполномоченным органом в области здравоохранения, совершенствования и укрепления профилактики заболеваний и укрепления здоровья, включая разработку и внедрение всех современных подходов к мониторингу, оценке и управлению рисками возникновения заболеваний.

В разделе 7 вышеуказанной Программы «Будущее системы и основные принципы» пункт 7.1. [3] говорится о том, что «в 2030 году каждый гражданин, семья и все общество будут соблюдать здоровый образ жизни, стремиться быть здоровыми и будут вовлечены в систему управления здравоохранением. С возрастающей ответственностью населения за собственное здоровье государственная политика ориентирована на создание условий для охраны и укрепления здоровья человека на всех этапах жизненного пути».

Важно на этом этапе развития дошкольников формировать навыки здорового образа жизни, потребность в систематических занятиях в области физической культуры и спорта.

**Целью данного исследования** является изучение физического развития детей дошкольного возраста.

**Объектом исследования** выступают дети старшего дошкольного возраста.

**РЕЗУЛЬТАТЫ АВТОРСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ.** Данный эксперимент был проведен в рамках диссертационного исследования.

Хотелось бы отметить, что проблемой физического развития детей дошкольного возраста занимались такие выдающиеся ученые, как Р.Б. Стеркина, О.Л. Князева, Н.Н.Авдеева, В.Г.Алямовская, В.А.Шишкина, М.А.Рунова, И.Гронец, Е.Ачканова, Д. Видра,

Г.Г.Лукина, Е.Г.Сайкина, В.Кудрявцев, О.Б.Казина, И.Киргинцева, С.Прищепа, Н.Попкова, Т.Коняхина, Е.Демидова и др. [6].

Методический же аспект проблемы рассматривали Т.И.Осокина, М.Ю. Кистяковская, Ю.Ю. Рауцкис, Е.А. Тимофеева, В.Г. Фролов, С.Б. Шарманова, Н.А. Фомина, Н. Аксенова и др. [] Также данную проблему также исследовали психологи, педиатры и педагоги: А.З. Запорожец, В.П. Зинченко, Ю.Ф. Змановский, В.Т. Кудрявцев; П.С. Лесгафт, Е.А. Аркин, И.А. Аршавский и др. [6]

Но, несмотря вышеуказанные работы, вопрос о путях повышения двигательной активности детей в режиме дошкольного учреждения до настоящего времени не был изучен недостаточно.

В современной педагогике с точки зрения Э.Я. Степанковой понятие «Физическое воспитание» [9] рассматривается «как педагогический процесс, направленный на формирование двигательных навыков, психофизических качеств, достижение физического совершенства».

На данном этапе развития общества наблюдается тенденция к ухудшению состояния здоровья подрастающего поколения. Процесс достиг масштаба национальной проблемы, поэтому в актуальности вопроса поддержания и улучшения здоровья детей, никто не сомневается.

Двигательная активность является естественной потребностью в движении и имеет важное значение для всестороннего развития и воспитания ребенка. Движение является врожденной, жизненно важной необходимостью и потребностью человека. Полное удовлетворение её особенно важно в раннем и дошкольном возрасте, когда все основные системы и функции организма только формируются. Ограничение движений или их нарушение влияет на все жизненные процессы.

Старшие дошкольники быстро растут. Именно в это период происходит ростовой скачок, зримо увеличивается длина конечностей, изменяются в пропорции тела. Поэтому необходим постоянный контроль позы и осанки детей, использование общеразвивающих физических упражнений, укрепляющих мышечную систему, а также специальные мера для предупреждения развития плоскостопия и функциональных отклонений осанки.

Движения детей старшего дошкольного возраста становятся все более осознанными и носят преднамеренный характер. У них развивается способность понимать задачу, поставленную педагогом, самостоятельно выполнять указания педагога, определяющие заданный способ. Дети обращают внимание на особенности разучиваемых упражнений, пытаются выяснить, почему следует проделывать их так, а не иначе. Во время объяснения у ребенка возникает мысленное представление о движении, его направлении, последовательности составных частей. Дети учатся постоянно планировать свои практические и игровые действия, стремясь к их результативности.

Двигательная деятельность детей становится все более интенсивной. Дети уже достаточно хорошо владеют основными движениями, им знакомы различные гимнастические упражнения, подвижные игры, начинается формирование разнообразных способов выполнения многих видов спортивных упражнений. Усиливаются проявления самостоятельности, возникают творческие поиски новых способов действий. Начинают создаваться небольшие группировки по интересам к тому или иному виду упражнений.

В двигательной деятельности большое внимание следует уделять развитию движений и физических качеств детей. Целесообразно рационально организовать двигательный режим, разнообразить двигательную деятельность детей в течение дня. Педагогу важно поддержать

попытки ребенка в правильной организации собственной деятельности, учить элементам разминки и релаксации с помощью специальных атрибутов [5].

В двигательной деятельности у детей складываются более сложные формы общения со взрослыми и между собой. У них развивается чувство уважения к старшим, стремление подражать им. У некоторых детей появляется желание помочь другому, научить его. При этом существенное значение имеет направленность на достижение коллективного результата в движении, игре. Однако в этом возрасте нередко поведение детей обуславливает возникающие мотивы соперничества, соревнования.

Оценка ребенком движений, как своих, так и детей группы, приобретает более развёрнутый и обоснованный характер, что обуславливает большую ее объективность. Стремясь к правильной оценке, дети начинают понимать связь между способом движения и полученным результатом. Они начинают упражняться в движениях по своей инициативе, многократно повторять их без напоминания педагога, пытаясь освоить то, что не получается. При этом они довольно настойчиво преодолевают трудности [7].

Общеизвестно, что старший дошкольный возраст – начало активного социального развития. В этот период начинает складываться личность с ее основными компонентами. Специалисты считают, что взрослым необходимо учитывать и поддерживать проявления индивидуальности в ребенке. Важно развивать у ребенка представления о собственных возможностях и силах, учить познавать себя, используя самонаблюдение. Важно, чтобы каждый ребенок чувствовал себя принятым в обществе, это дает ему необходимое для полноценного личностного развития ощущение уверенности и защищенности. Необходимо поддерживать в детях ощущение своего взросления, вселять уверенность в своих силах. Учитывая вышесказанное, взаимодействуя с детьми, педагогу целесообразно придерживаться следующих правил: 1) подходить к каждому ребенку с «оптимистической гипотезой», верить в его успех, всегда поддерживать положительные действия и намерения; 2) развивать в детях чувство самоуважения, потребность в совершении социально одобряемых, справедливых действий и поступков; 3) признавать право каждого ребенка на проявление творчества, поддерживать и поощрять самостоятельность и инициативу, чаще ставить детей перед необходимостью самостоятельно сделать выбор решения; 4) обеспечивать нарастание стремления детей к освоению новых умений, способов деятельности [7].

Также старший дошкольный возраст – это важный возраст для развития детской самостоятельности. В двигательной деятельности целесообразно соблюдать ряд требований, способствующих ее развитию: создавать разнообразные условия и ситуации, побуждающие детей к активному применению знаний, умений, способов деятельности в личном опыте; постепенно выдвигать перед детьми более сложные задачи, требующие сообразительности, творчества, поиска новых подходов, поощрять детскую инициативу; тренировать волю детей, поддерживать желание преодолевать трудности, доводить начатое дело до конца; поддерживать у детей чувство гордости и радости от успешных самостоятельных действий, подчеркивать рост возможностей и достижений каждого ребёнка, побуждать к проявлению инициативы и творчества; содействовать освоению умений детей поставить цель (или принять ее от взрослого), обдумать путь и средства ее достижения, осуществить свой замысел и оценить полученный результат с позиции цели; широко использовать ситуацию выбора, что создает почву для самовыражения каждого ребёнка.

В базисной (общеразвивающей) программе воспитания, обучения и развития детей дошкольного возраста в КР [3] обозначен ряд задач образовательной деятельности по физическому развитию детей старшего дошкольного возраста, которые целесообразно решать каж-

дому педагогу в практике собственной деятельности. Особенно большое количество движений требует растущий организм ребенка. Неподвижность для детей утомительна, это приводит к замедлению роста, задержке умственного развития и снижению сопротивляемости организма к инфекционным заболеваниям. Огромное количество движений ребенка является естественным желанием для улучшения физического и психического совершенствования. Различная мышечная активность имеет благотворное влияние на физиологические функции организма, помогает адаптироваться к различным условиям окружающей среды

Поэтому задачами образовательной деятельности с детьми по физической культуре являются: развитие (основных движений, общеразвивающих и спортивных упражнений), а также умение анализировать (контролировать и оценивать) свои движения и движения своих сверстников, развивать физические качества: координацию, гибкость, общую выносливость, быстроту реакции, скорость одиночных движений, максимальную частоту движений, силу.

В педагогической практике, к сожалению, недостаточно внимания уделяется организации самостоятельной двигательной активности ребенка. Она не рассматривается как составляющая физической культуры и средство развития личности человека. Эти и другие факторы уменьшают возможность сохранения здоровья воспитанников в дошкольных образовательных организациях.

В методическом пособии Рунова М.А. в ее работе «Двигательная активность ребенка в детском саду» утверждает, что двигательная активность – это основа индивидуального развития и жизнеобеспечения организма ребенка [8]. С точки зрения И.А.Аршавского [4] она подчинена основному закону здоровья: приобретаем, расходуя, сформулированному. Теория индивидуального развития ребенка основана на энергетическом правиле двигательной активности. Согласно этой теории, особенности энергетики на уровне целостного организма и его клеточных элементов находятся в прямой зависимости от характера функционирования скелетных мышц в разные возрастные периоды. Двигательная активность является фактором функциональной индукции воспитательных процессов (анаболизма).

Анализ психолого-педагогической литературы показал, что двигательная активность рассматривается как:

- 1) главное проявление жизни, естественное стремление к физическому и психическому совершенствованию (Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева) [7];
- 2) основа индивидуального развития и жизнеобеспечения организма ребенка; она подчинена основному закону здоровья: «приобретаем, расходуя» (И.А. Аршавский);
- 3) кинетический фактор, определяющий развитие организма и нервной системы наряду с генетическим и сенсорным факторами (Н.А. Бернштейн, Г. Шеперд);
- 4) удовлетворение собственных побуждений ребенка, внутренней необходимости в виде инстинкта «радость движения» (Ю.Ф. Змановский и др.) [5].

Авторы согласны, что для укрепления здоровья детей необходимо совершенствовать систему физического воспитания, активизировать двигательную деятельность, осуществлять индивидуально-дифференцированный подход в воспитании, обучении и развитии ребенка.

Несмотря на то, что дети очень любят играть в подвижные игры, они не могут организовать игру, даже хорошо им знакомую, самостоятельно. В этот момент взрослый становится уже руководителем самостоятельной деятельности ребенка. Это руководство должно осуществляться путем показа, а также посредством словесного рассказа, объяснений и указаний. Мы должны всегда помнить, что в освоении детьми новых движений, в развитии самостоятельной двигательной активности ребенка взрослому принадлежит ведущая роль.

Анализ официальных документов, теоретических источников по исследуемой проблеме [6] показывает, что современный выпускник дошкольной образовательной организации должен обладать крепким здоровьем, хорошим физическим развитием, высоким уровнем физической подготовленности, умением сохранять правильную осанку. А также испытывать потребность постоянно заниматься физической культурой по личной инициативе, вызывать стремление совершенствовать свои достижения, проявляя выдержку, смелость и инициативу, обладать высокой (соответственно возрасту) работоспособностью (как физической, так и умственной), что особенно важно в плане подготовки его к школе. Одним из путей достижения такого уровня развития ребенка является разработка и использование таких методов и приемов при организации деятельности по физическому развитию, чтобы они способствовали функциональному совершенствованию детского организма, повышению его работоспособности, делали бы его стойким и выносливым, обладающим высокими защитными способностями к неблагоприятным факторам внешней среды [5].

**Выводы:** Таким образом, обобщая все вышесказанное, можно отметить двигательную активность как биологическую потребность организма, от степени удовлетворения которой зависит здоровье детей, их физическое и общее развитие. «Движения, физические упражнения обеспечат эффективное решение задач физического воспитания, если они будут выступать в форме целостного двигательного режима, отвечающего возрастным и индивидуальным особенностям двигательной активности каждого из детей в дошкольной учреждении и вне его».

#### **Список использованных источников:**

1. Закон Кыргызской Республики «Об образовании» от 04. 2015 г. – Б., 2003.
2. Программа Правительства Кыргызской Республики по охране здоровья населения и развитию системы здравоохранения на 2019–2030 годы «Здоровый человек – процветающая страна». Правительство Кыргызской Республики (№ 600 от 20 декабря 2018 года). – Б., 2018.
3. Государственный стандарт КР «Дошкольное образование и уход за детьми», утвержденный Постановлением Правительства КР №363 от 29.06.2020.
4. Аршавский И.А. Ваш малыш может не болеть: физкультура для здоровья / И.А. Аршавский. – М.: Советский спорт, 1990. – 30 с.
5. Змановский Ю.Ф. Авторская программа «Здоровый дошкольник» / Ю.Ф. Змановский // Обруч. – 1996. – №3. – 4–5 с.
6. Никитина М.А. Влияние двигательного режима на функциональные резервы организма дошкольников / Никитина М.А. / Материалы научно-практической конференции молодых ученых «Проблемы гигиенической безопасности и здоровье населения». – М.: Модерн Арт, 2009, – С. 187–190.
7. Осокина Т.И. Физические упражнения и подвижные игры для дошкольников: книга для воспитателей детского сада / Т.И. Осокина, Е.А. Тимофеева. 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 1971. – 159 с.
8. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду. Пособие для педагогов дошкольных учреждений, препод. и студ. – М.: Мозаика-Синтез, 2004. – 256 с.
9. Степаненкова Э.Я. Методика физического воспитания. – М.: Издательский дом «Воспитание ребенка», 2005. – 96 с.

**Рецензент: канд. пед. наук, доц. Суходубова Н.А.**