

УДК796/799

Мансурова Т.С.

студент

*Шамсутдинов Ш.А. к.п.н., доцент
Стерлитамакского филиала Уфимского
университета науки и технологий*

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ ВТОРОГО МЛАДШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: в данной статье рассматривается физическое воспитание детей младшего дошкольного возраста (3-4 года). Физическое воспитание играет ключевую роль в их общем развитии, включая физические, эмоциональные и социальные аспекты. В данной работе рассматриваются цели и задачи физического воспитания, методы и подходы к его реализации, а также значимость игровой деятельности и гимнастики для формирования двигательных навыков.

Ключевые слова: физическое воспитание, дошкольный возраст, двигательная активность, игровая деятельность, ролевые игры, формирование навыков.

Mansurova T.S.

student

Shamsutdinov S.A. k.p.n., associfte hrofessor.

Sterlitamak branch of Ufa

University of Science and Technology

PHYSICAL EDUCATION FOR CHILDREN OF THE SECOND EARLY PRESCHOOL AGE

Abstract: This article discusses the importance of physical education for children in the second year of preschool (3-4 years old), which plays a crucial role in their overall development, including physical, emotional, and social aspects. It explores the goals and objectives of physical education, the methods and approaches used, and the significance of play activities and gymnastics in shaping motor skills.

Keywords: physical education, preschool age, motor activity, play activities, role-playing games, and skill formation.

Забота о физическом развитии ребёнка имеет особое значение в раннем возрасте. Малыш овладевает основными движениями, приобретает необходимые моторные навыки, учится координировать свои действия. Всё это способствует формированию у ребёнка представления о своём физическом облике, физических возможностях. Задача взрослых – помочь ему в этом. На третьем году жизни у детей ярко проявляется потребность в движениях, от степени удовлетворенности которой зависит здоровье малыша, его физическое и психическое развитие, работоспособность. По мере того, как ходьба ребёнка становится всё более автоматизированной, создаются условия для более сложной деятельности, предполагающей сочетание ходьбы и действий с предметами [3].

Ребёнок в этом возрасте может носить в руках предметы, которые нужны на занятии, играть в разнообразные игры с мячом. Дети свободно передвигаются, могут менять ритм и направление движения; могут бегать, меняя скорость, в одном

направлении или по кругу; кружиться на месте; влезать на стул, скамейку, спрыгивать с них; подпрыгивать на двух ногах на месте и прыгать вперёд, перепрыгивать через невысокое препятствие [5].

Грамотно организованная двигательная активность ребёнка способствует укреплению его здоровья. Утреннюю гимнастику, подвижные игры и занятия нужно проводить в чистом, хорошо проветриваемом помещении или на свежем воздухе. Принимая во внимание психофизиологические особенности детей 2-3 летнего возраста (слабость тормозных процессов и склонность к возбуждению, лёгкая физическая и психическая ранимость, быстрая утомляемость), необходимо учесть, что они нуждаются в частой смене работы и отдыха. Это надо иметь в виду при проведении физкультурных занятий.

Движения ребёнка данного возраста считаются правильными тогда, когда, повторяя упражнения за воспитателем, он воспроизводит лишь основное. Отсутствие высокой точности и чёткости в выполнении движений, а также неумение воссоздать отдельные его элементы не считаются для ребёнка ошибкой. В этот возрастной период малыш осваивает новое движение в общих чертах. Положительные эмоции, эмоциональная насыщенность занятий являются основными условиями при обучении детей движениям [1].

Подражание рождает эмоции, которые активизируют ребёнка, поэтому огромное значение в достижении качественного выполнения упражнений принадлежит имитации («прыгаем, как зайчики», «ходим, как мишка»). Желательно, чтобы физкультурные занятия сопровождались музыкой, песенками, чтением стихов. Это поддерживает интерес малышей к занятиям, облегчает выполнение трудных для них

элементов упражнений, способствует творческому самовыражению детей. Поэтому физкультурные занятия целесообразно интегрировать с музыкальными занятиями, театрализованной деятельностью детей. При организации двигательной активности детей следует учитывать их возрастные особенности. Нужно иметь в виду, что некоторые движения вредны детям. Нельзя предлагать им висеть на руках, прыгать с высоты, требовать правильного исполнения тех или иных упражнений путём длительного повторения [4].

В ФГОС дошкольного образования уделяется большое внимание вопросам физического развития детей дошкольного возраста. В образовательной области «Физическое развитие» определена главная задача воспитания и образования детей – гармоничное развитие у воспитанников физического и психического здоровья. Это определяет для дошкольных учреждений новую задачу: создание единого процесса взаимодействия педагога и воспитанников, в условиях которого органично переплетены разные образовательные области, а в итоге у каждого ребенка дошкольного возраста в условиях дошкольного образовательного учреждения сформировано представление о здоровье человека как главной ценности, которая необходима ему для полноценной жизни.

Многие исследователи отмечают, что потребность в движении составляет одну из основных физиологических особенностей детского организма, являясь условием его нормального формирования и развития [1, 2, 3, 4,5]

Физическое развитие характеризуется изменениями трех групп показателей:

1) показатели телосложения – длина тела, масса тела, осанка, объемы и формы отдельных частей тела

они характеризуют биологические формы (морфологию), человека;

2) показатели здоровья отражают морфологические и функциональные изменения физиологических систем организма человека (работа всех органов и систем организма;

3) показатели развития физических качеств (силы, скоростных способностей, выносливости и др) [2].

Таким образом цель физического развития детей дошкольного возраста развитие потребности в активной двигательной деятельности, своевременное овладение основными видами движений, освоение элементарных навыков личной гигиены.

Решение поставленных задач предполагает использование в педагогическом процессе методов, позволяющих активно взаимодействовать со всеми участниками образовательного процесса, а также социальными партнерами.

Использованные источники:

1. Громова Н.И. Физическое воспитание детей дошкольного возраста: теория и методика. 2020. с. 84-101. - URL: <http://journal.asu.ru/zosh/article/view/4103> (дата обращения: 09.03.2026)

2. Кабанова Н.Р., Дошкольная педагогика: основы физического воспитания. 2019. С. 67-100. (дата обращения: 05.03.2026)

3. Солдатова Н.А. Физическое развитие детей раннего и дошкольного возраста. / Казань, 102 – 200 .с. (дата обращения: 09.03.2026)

4. Фролова Е.А. Теория и методика физического воспитания в детском саду. (дата обращения 03.03.2026)

5. Шевченко Т.В. Подвижные игры для детей дошкольного возраста. «Учебная книга» (дата обращения 03.03.2026)