

РАЗВИТИЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Алиходжаева Райхон Шавкат кизи

Ташкентский государственный педагогический университет им. Низами.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.14019297>

Аннотация. В данной статье рассматриваются вопросы формирования здоровьесберегающей компетентности у детей старшего дошкольного возраста, что является важной составляющей воспитательного процесса в дошкольных образовательных организациях. Раскрывается понятие здоровьесберегающей компетентности, обсуждаются особенности её развития на этапе дошкольного детства. Особое внимание уделено методам и приемам, направленным на формирование у детей старшего дошкольного возраста навыков заботы о своем здоровье, осознанного отношения к физической активности и здоровому питанию.

Ключевые слова: здоровьесберегающая компетентность, дошкольное образование, старший дошкольный возраст, физическое развитие, здоровый образ жизни, здоровьесберегающие технологии.

DEVELOPMENT OF HEALTH-SAVING COMPETENCE IN SENIOR PRESCHOOL CHILDREN

Abstract. This article examines the development of health-saving competence in senior preschool children, which is an important component of the educational process in preschool educational organizations. The concept of health-saving competence is revealed, the features of its development at the stage of preschool childhood are discussed. Particular attention is paid to the methods and techniques aimed at developing health-care skills in senior preschool children, a conscious attitude to physical activity and healthy nutrition.

Keywords: health-saving competence, preschool education, senior preschool age, physical development, healthy lifestyle, health-saving technologies.

В множество аспектов развития гармоничной личности входит физическое развитие, которое является основополагающей стороной человеческого здоровья и неотрывно следует за ним в течении жизни. Необходимо осознать - что этап дошкольного детства, является фундаментом для всей будущей жизни человека. От того, как мы правильно используем этот период, когда у человека формируется основа здоровья, всесторонняя

двигательная активность и гармоничное развитие внутренних систем, будет зависеть процветание общества и направления его будущего.

В соответствии с постановлениями Кабинета Министров Республики Узбекистан от 9 сентября 2017 года № 3261 "О мерах по коренному реформированию системы дошкольного образования"¹, и от 30 сентября 2017 года № 5198 "О мерах по коренному совершенствованию управления физической культурой в системе дошкольного образования"², нормативных правовых актах, относящихся к данной сфере, на сегодняшний день Министерством дошкольного образования Республики Узбекистан принято более 30 нормативных документов, среди которых "Государственные требования к воспитанию детей раннего и дошкольного возраста", учебная программа "Первый шаг" и разработанные в соответствии с ней тематическое планирование в разрезе групп. В образовательной организации осуществляется обучение по 5 направлениям, первым звеном которого является организация физического воспитания и здорового образа жизни, которая включает в себя "реализацию физического воспитания и здорового образа жизни".

Здоровьесберегающая компетентность представляет собой совокупность знаний, умений и навыков, направленных на поддержание и укрепление здоровья. Для детей старшего дошкольного возраста это понятие включает несколько ключевых аспектов: физическую активность, соблюдение правил гигиены, основы правильного питания, а также понимание важности эмоционального и психического здоровья.

Компетентность в этой сфере предполагает, что ребенок должен быть способен осознавать свою ответственность за состояние здоровья и понимать, какие действия способствуют его сохранению. Важно отметить, что развитие здоровьесберегающей компетентности в этом возрасте тесно связано с воспитанием позитивного отношения к физической активности и укреплению осознанности в повседневных привычках.

Формирование здоровьесберегающей компетентности у дошкольников предполагает:

- Осознанное отношение к правилам личной гигиены;
- Привитие привычки к регулярной физической активности;
- Понимание основ правильного питания;
- Умение оценивать свое самочувствие и сообщать об этом взрослым.

¹ Постановление Президента Республики Узбекистан, от 09.09.2017 г. № ПП-3261

² Указ Президента Республики Узбекистан, от 30.09.2017 г. № УП-5198

Важной частью формирования этой компетенции является активное участие детей в процессе обучения, что можно эффективно реализовать с помощью экспериментальной методики. Научные эксперименты в дошкольном образовании предполагает вовлечение детей в познавательный процесс через практическое взаимодействие с материалами и явлениями. Применительно к развитию здоровьесберегающей компетентности, эксперименты позволяют детям самостоятельно исследовать процессы, связанные с сохранением здоровья, наблюдать за результатами своих действий и делать выводы.

REFERENCES

1. Постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан, от 19.07.2017 г. № 528 «О совершенствовании деятельности дошкольных образовательных учреждений».
2. Кенжаева Х. 2022. Развитие физической подготовленности дошкольников и здорового образа жизни. Общество и инновации. 3, 1/S (мар. 2022), 166–171.
3. Джамилова Н.Н., Терехова О.Е. Ким. И. Н. - " Теория и технология физического воспитания" учебник, Издательство "Lesson press" Ташкент 2022 г