

## РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ШКОЛАХ ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ ГАРМОНИЧНО РАЗВИТОЙ МОЛОДЕЖИ

Еримбетова З.Б.  
Медицинский институт Каракалпакстана

*Ключевые слова.* Волейбол, кураш, белбогли кураш, настольный теннис, шахматы.

**Актуальность.** В Узбекистане сегодня ведется активная работа в области оздоровительных мероприятий, ориентированных на достижение основной цели - обеспечение здоровья матери и ребенка [1,4]. Проблемы детского здоровья представляют собой сложную задачу, и одним из ключевых аспектов развития детского здоровья является физическое воспитание, начиная с самого раннего возраста [2].

В стране наблюдается рост разнообразия видов спорта, причем некоторые из них развиваются в республике впервые. Современное оборудование спортивных залов полностью соответствует требованиям Государственного образовательного стандарта по физическому воспитанию в школах, который включает в себя 12 видов спорта [2,3].

Уроки физической культуры являются основной формой физического воспитания учащихся, и эффективность их проведения во многом зависит от правильной организации и методики, а также от профессионализма педагога [3].

**Цель исследования:** Оценка качества организации физического воспитания в общеобразовательных школах Республике Каракалпакстан.

### **Материалы и методы исследования:**

Проведен контроль качества организации физического воспитания, включая соответствие качеству соответствия оснащения спортивных залов требованиям Государственного образовательного стандарта по физическому воспитанию в школах. Этот стандарт включает в себя 12 видов спорта, таких как спортивная и художественная гимнастика, плавание, легкая атлетика, футбол, баскетбол, ручной мяч, волейбол, кураш, белбогли кураш, настольный теннис, шахматы.

Также осуществлена контроль соответствия структуры и содержания каждого урока учебной программе по физической культуре, учитывая возраст, состояние здоровья и уровень физической подготовленности учащихся.

**Результаты исследования:** По результатам сравнительного анализа данных выявлено, что оснащение спортивных залов в городе соответствует требованиям Государственного образовательного стандарта по физическому воспитанию в школах. Этот стандарт включает не менее 10 видов спорта, таких как спортивная и художественная гимнастика, легкая атлетика, футбол, баскетбол, ручной мяч, волейбол, кураш, настольный теннис, шахматы. Уроки физической культуры включены в учебное расписание и проводятся три раза в неделю по 45 минут. Структура и содержание каждого урока разработаны согласно учебной программе по физической культуре, учитывая возраст, состояние здоровья и уровень физической подготовленности учащихся.

С учетом того, что в настоящее время миллионы школьников в республике вовлечены в занятия спортом, становится все более важным систематическое мониторинговое и оценка организации уроков физического воспитания и спортивных занятий, а также их воздействия на развитие и здоровье детей. Эффективность уроков физического воспитания и спортивных занятий, а также проводимых других мероприятий по оздоровлению, подтверждается результатами углубленных медицинских осмотров. Наблюдается увеличение числа детей, относящихся к 1-й

группе здоровья (практически здоровые): в 2018 году – 37,9%, в 2019 году – 46,9%, в 2020 году – 47,0%, в 2021 году – 47,3%.

Таким образом, физическая культура становится неотъемлемой потребностью в жизни. Регулярные тренировки в детском возрасте предназначены для расширения резервов организма ребенка, улучшения его здоровья. Это, в свою очередь, способствует улучшению уровня образования, создает прочные предпосылки для всестороннего гармоничного развития молодого поколения. В зрелом возрасте эти усилия направлены на повышение работоспособности и производительности труда, что приобретает важное социальное и экономическое значение.

#### **Использованная литература:**

1. Икрамов А.И., Ахмедова Д.И. Медицинские основы физического воспитания и спорта в формировании гармонично развитого поколения (Методическое руководство). - Ташкент. - 2011.- с.7-8.
2. Тарасова Т.А. Контроль физического состояния детей - М.: ТЦ Сфера, 2015. - 175с.
3. Ямпольская Ю.А. Физическое развитие и функциональные возможности подростков 15-17 лет, обучающихся в школе и профессиональном училище //Журнал Педиатрия 2017 №5. Том 86 стр.69-72
4. Кильдиярова Р.Р. Оценка физического развития детей с помощью перцентильных диаграмм// Вопросы современной педиатрии. – 2017.– Т.16.– № 5.– С.=431–437.
5. Xayrullayeva L.M. Ochlikni neyroendokrin tartibga solish orqali semizlikni davolashda o'simlik birikmalaridan foydalanish.Xorazm Mamun Akademiyasi,2023.-14 b.
6. BG Boymuratovna, KS Kurbanovich, RY Shokirovich -Supplying of Certain Vitamins for Pregnant Women in the Southern Regions of the Republic of Uzbekistan. Annals of the Romanian Society for Cell Biology, 2021. 7609–7615.
7. BG Boymuratovna, B Shokhsanam, P Kamola PROBLEMS OF RATIONALIZATION OF NUTRITION OF PREGNANT WOMENNOVATEUR PUBLICATIONS INTERNATIONAL JOURNAL OF INNOVATIONS IN ENGINEERING RESEARCH AND TECHNOLOGY [IJIERT] ISSN: 2394-3696 Website: ijiert.org VOLUME 8, ISSUE 4, Apr.-2021.
8. Boymuratovna, Buranova Gulnoza. **PHYSIOLOGICAL REQUIREMENT OF PREGNANT WOMEN FOR MICRONUTRIENTS.** NeuroQuantology. Bornova Izmir [Том 20, Изд. 15,](#) (2022): 2499 - 2504. DOI:10.14704/NQ.2022.20.15.NQ88238.
9. Hamzayeva Nargiza Rajabbayevna, Do`Stov Karim Turayevich, Buranova Gulnoza Boymuratovna, Hazratova Hulkar Normurodovna. Importance Of Dietary Fibers In Health European Journal of Research Development and Sustainability (EJRDS)Available Online at: <https://www.scholarzest.com> Vol. 2 No.4, April 2021,ISSN: 2660-5570