

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№18 «Мишутка»

**ПЛАН ПО САМООБРАЗОВАНИЮ
НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Тема: «Двигательная активность детей 5-7 лет через подвижную игру и
музыкально-ритмические упражнения»

Подготовил: учитель ФК
Масленникова М.А.

Цель: Повысить свой теоретический, научно-методический уровень, систематизировать и расширить свои знания в области физического развития детей дошкольного возраста. Создать условия для физического развития детей средствами игровой деятельности.

Задачи:

1. Повысить свой профессиональный уровень в использовании методов и приемов физического развития детей: изучить методическую литературу по теме, ознакомиться с опытом коллег.
2. Создать условия и обстановку, благоприятные для вовлечения ребенка в двигательно-игровую деятельность.
3. Способствовать накоплению и обогащению двигательного опыта детей, развитию физических качеств, потребности в двигательной активности детей в совместной организованной деятельности детей и педагога.
4. Обеспечить преемственность семейного воспитания в вопросах физического развития детей.

Актуальность:

В настоящее время в условиях неблагоприятной экологической обстановки, неустойчивых социальных условий проблема здоровья детей является особенно актуальной.

Одним из факторов, формирующих здоровье ребенка, является двигательная активность. Играя, двигаясь, ребенок становится более крепким, ловким, выносливым, уверенным в своих силах, возрастает его самостоятельность.

Главная задача физического воспитания детей – обеспечить всестороннюю физическую подготовленность каждого ребенка, помочь приобрести запас прочных умений и двигательных навыков, через игровую деятельность, необходимых человеку на протяжении всей его жизни для труда и активного отдыха. Обогащение двигательного опыта ребенка осуществляется последовательно – от одного возрастного этапа к другому.

Не секрет, что проблема здоровья подрастающего поколения становится все более актуальной. Одним из существенных средств в борьбе за здоровье детей является правильно организованные и регулярные физкультурные занятия с дошкольниками. При подготовке к школе детей, основным

средством улучшающим функционирование всех систем организма является организованная деятельность.

Одним из ее видов является игровая деятельность. Подвижные игры, игровые упражнения нормализуют нервные процессы, развивают память, внимание, способствуют проявлению инициативы, формируют волевые качества, учат ориентироваться в пространстве во времени, укрепляют сердечно – сосудистую и дыхательную систему, активизируют обмен веществ, развивают двигательный аппарат.

Наши дети самое дорогое, что у нас есть, мы взрослые хотим видеть своих детей здоровыми, умными, веселыми, воспитать гармонично развитую личность. Через игру ребенок познает окружающую его действительность, свой внутренний мир. В младенческом возрасте посредством игры развиваются органы чувств малыша, происходит накопление зрительных, слуховых, тактильных, вкусовых ощущений. В этот период закладывается основа познавательной и физической активности ребенка. С возрастом игра становится более осмысленной предметной, но ее цель – познание мира, остается неизменной. В игре ребенок воссоздает модель окружающей его среды. Обыгрывает различные ситуации, примеряя ту или иную роль.

Приемы:

1. Подвижные игры
2. Музыкальные игры
3. Познавательные игры

План реализации

№	Название мероприятия	Сроки проведения	Содержание работы	Практический выход
1.	Изучение методической литературы	Сентябрь-Май	1.Н.Ю. Савельева «Организация оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях» 2. М.С. Горбатова «Оздоровительная работа в ДОУ»	Анализ изученной литературы
2.	«Развитие физических качеств – силу, быстроту, ловкость, выносливость, гибкость, через подвижную игру»	Октябрь	Обучить подвижным играм, соответствующим возрасту детей 5-7 лет.	Предоставление картотеки на педсовете

3.	Знакомство с русскими народными подвижными играми: «У медведя во бору», «Гуси-лебеди», «Курочка», «Лошадки» и т.д.	Ноябрь	Улучшить работу по всестороннему развитию детей дошкольного возраста, воспитывать чувства прекрасного.	Предоставление картотеки на педсовете
4.	Консультация для родителей «Двигательная активность детей»	Декабрь	Привлечь внимание родителей к вопросу повышения двигательной активности детей на свежем воздухе.	Предоставление картотеки
5.	Консультация для педагогов «Игра по формированию представлений о здоровом образе жизни – «Мой день»	Январь	Поделиться с педагогами методами закаливания через игру.	Предоставление картотеки на педсовете
6.	Досуг «Вечер подвижных игр» в старшей группе 5-6 лет	Февраль	Доставить детям радость и удовольствие от совместной деятельности с родителями.	Открытое занятие на базе ДОУ
7.	Памятка для родителей «О проблеме сохранения и укрепления здоровья детей»	Март	Познакомить с формами работы по приобщению детей к здоровому образу жизни	Предоставление картотеки на педсовете
8.	Изготовление пособий для проведения музыкально ритмических игр и упражнений.	Апрель	Расширить знание о ритмических играх для создание эффективной работы.	Расширение теоретических и практических знаний
9.	Создание картотеки «Подвижные игры и игровые упражнения на прогулки 5-7 лет»	Май	Развивать у детей ориентировку в пространстве упражнять в беге на свежем воздухе.	Предоставление картотеки на педсовете

Ожидаемый результат:

Овладение эффективными методами и приемами физического развития детей в игровой деятельности. Повышение активности и творчества детей в процессе двигательной деятельности. Повышение самостоятельности и инициативности в организации знакомых игр. Использование детьми в самостоятельной деятельности разнообразных по содержанию подвижных игр, в том числе игр с элементами соревнования, способствующих развитию психофизических качеств (ловкость, сила, быстрота, выносливость, гибкость), координации движений, умения ориентироваться в пространстве. Развитие умения самостоятельно организовывать знакомые подвижные игры

со сверстниками, справедливо оценивать свои результаты и результаты товарищей. Распространение собственного педагогического опыта.

Литература

1. Жуков М.Н. Подвижные игры. Учебник – 2-е изд., - М., 2004.
2. Степаненкова Э.Я. Подвижные игры как средство гармонического развития дошкольника. Дошкольное воспитание, 1995, №12.
3. Тимофеева Е.А. Подвижные игры с детьми младшего дошкольного возраста 1986.
4. Лайзане С. Я. Физическая культура для детей. 1978.
5. М.Ф.Литвинова. Подвижные игры и игровые упражнения для детей М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 2005. -
6. Зубкова Н. А. Роль подвижной игры в развитии основных движений у детей– М., 1982.
7. Пензулаева, Л. И. Подвижные игры и игровые упражнения с детьми 3-7 лет. – М.: Владос, 2001.

