

Муниципальное казенное дошкольное образовательное

учреждение «Детский сад №1 с. Сергокала»

Сергокалинского района

368510, с. Сергокала ул. 317 Стрелковой дивизии № 11, тел. 8 (964) 010 76 56

ОКПО 25122566, ОГРН 1020502335160, ИНН/КПП 0527003053/052701001

**План по самообразованию**

**«Развитие двигательной активности**

**у детей дошкольного возраста**

**в процессе игровой деятельности»**

**Разработала:**

**инструктор по физической культуре**

**Дарсамова Зубайдат Сулеймановна**

**Пояснительная записка**

Данный план по самообразованию разработан в соответствии с моими профессиональными запросами, выявленными в процессе работы с детьми дошкольного возраста.

Нормативный срок освоения плана: **2023-2024 уч. год.**

Основания для разработки:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
3. Приказ Минтруда России от 18.10.2013 N 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (СанПиН 2.4.1.3049 – 13).
5. Приказ Минобрнауки РФ от 28.12.2010 г. № 2106 «Об утверждении и введении в действие федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
6. Образовательная программа дошкольного образования МКДОУ № 1
7. Рабочая программа инструктора по физкультуре.

**Актуальность выбранной темы**

В настоящее время проблема состояния здоровья и физического развития детей дошкольного возраста приобрела особую актуальность и социальную значимость. Медики, психологи, педагоги отмечают общую тенденцию - снижение двигательной активности детей, а для ребенка-дошкольника потеря в движениях - это потеря в здоровье, развитии, знаниях.

В дошкольном детстве посредством двигательной активности как раз и развиваются жизненно необходимые физиологические функции организма, физические качества, закладываются основы и ценности здорового образа жизни.

Не случайно в Федеральном государственном образовательном стандарте одной из задач образовательной области «Физическое развитие» является задача формирования опыта в двигательной деятельности дошкольников.

(п. 2.6. ФГОС ДО)

Но, к сожалению, современные дети (даже дошкольники) большую часть свободного времени проводят за компьютерными, а не подвижными играми. Они не умеют и не стремятся организовать коллективные оздоровительные игры или игры-соревнования.

То есть, их биологическая потребность в движении не удовлетворяется в полной мере, что способствует ухудшению состояния здоровья, частым простудным заболеваниям, снижению иммунитета.

Таким образом, существует несогласованность между современными ориентирами и подходами к физическому развитию дошкольников и реальной практической ситуацией.

Необходимость решения данной проблемы определяет данную тему по самообразованию как **актуальную и своевременную.**

Решение этой проблемы я вижу в **применении в образовательном процессе различных игр:** подвижных, малой подвижности, сюжетных, игровых ситуаций, творческих игровых заданий. Такие игры являются очень эффективным средством физического развития дошкольников.

Они направлены на развитие физических качеств и основных движений, на формирование основ культуры здоровья, на вовлечение воспитанников в активную физическую деятельность.

**Новизна** моего опыта заключается в применении комплекса современных форм, методов и средств педагогической деятельности. Благодаря применению деятельностного подхода, современных образовательных технологий, развивающих методов, а также личностно - развивающему характеру взаимодействия с детьми, физическая деятельность дошкольников **наполняется новым смыслом и влияет непосредственно на личностное развитие ребенка.**

А на современном этапе задача развития личностных качеств детей (в том числе и физических качеств) является одной из самых актуальных. Личностно развитый ребенок активен, любознателен, инициативен, стремится получить новые знания. У него развиваются произвольное и волевое поведение, активнее познается окружающий мир, легче устанавливаются контакты с взрослыми и сверстниками.

Учитывая актуальность данного направления, я **определила цель и задачи** своей профессиональной деятельности.

**Цель:** Совершенствовать профессиональные компетенции по вопросам развития двигательной активности детей дошкольного возраста посредством игровой деятельности.

**Задачи:**

1. Создать условия для развития двигательной деятельности дошкольников, которые предусматривают организацию развивающей предметно-пространственной среды, разработку методического, дидактического и иллюстративного материала.
2. Разработать перспективное планирование по теме самообразования.
3. Разработать программу дополнительного образования для детей, способствующую обогащению двигательного опыта дошкольников.
4. Организовать систематическую работу по теме со всеми участниками образовательного процесса: детьми, родителями, педагогами.
5. Провести мониторинг развития двигательной активности воспитанников (вводную и итоговую диагностику).
6. Обобщить и транслировать накопленный педагогический опыт среди коллег и родителей на муниципальном, региональном и всероссийском уровне, в средствах массовой информации и в сети Интернет.

**Предполагаемый результат**

**Для детей:**

1. Снижение уровня заболеваемости.

2. Укрепление осанки, улучшение физических качеств: координация, сила, общая выносливость, ловкость, гибкость, скорость, равновесие.

3. Сформированность техники выполнения различных видов основных движений, оптимально возрастным нормам ребенка.

4. Сформированность основы здорового образа жизни.

5. Развитие интереса к подвижным играм и спортивным упражнениям.

6. Развитие желания участвовать в образовательных и досуговых мероприятиях спортивного характера.

**Для инструктора по физической культуре:**

1. Развитие профессионально значимых компетенций, необходимые для организации двигательной активности детей в процессе игровой деятельности
2. Разработка учебно-методического комплекта: картотеки различных игр, физических упражнений, сценариев квестов, спортивных праздников и развлечений, иллюстративный и информационный материал, консультации для родителей и воспитателей, презентации.
3. Внедрение в образовательный процесс технологий, способствующих совершенствованию двигательного опыта воспитанников, современные формы и методы работы по физическому развитию детей.
4. Обогащение развивающей предметно-пространственной среды в ДОУ по теме самообразования.
5. Организация эффективного взаимодействия с родителями по физическому развитию детей.

**Для родителей:**

1. Сформированность теоретических знаний и практических умений для развития двигательной активности детей.
2. Приобретение педагогического опыта активного участия в оздоровлении и физическом развитии своего ребенка.
3. Развитие интереса и желания участвовать в образовательном процессе детского сада, который посещает ребенок.
4. Установление единства с инструктором по физкультуре в вопросах оздоровления и физического развития своего ребенка.

**План по самообразованию**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Модуль** | **Направления деятельности по теме** | **Мероприятия** | **Сроки** |
| **Научно-методическое обеспечение** | Обучение по теме самообразования | 1. Пройти курсы повышения квалификации по физическому развитию дошкольников. 2. Обучиться на вебинарах и онлайн-семинарах по теме развития двигательной активности дошкольников. 3. Изучить опыт других педагогов по данной теме. | В течение года |
| Ознакомление с научной и методической литературой по теме. | **Изучить особенности развития двигательной активности дошкольников из пособий:**   1. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду.- М.: Мозаика-синтез, 2008. 2. Рунова М.А. Движение день за днем; Двигательная активность - источник здоровья детей: пособие для педагогов дошкольных учреждений, - М.: Линка - Пресс, 2007. 3. Кудрявцев В. Т., Егоров Б. Б.Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): Программно-методическое пособие. - М.: Линка-Пресс, 2000. 4. Здоровьесберегающее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Филиппова Л.В., Лебедев Ю.А., Шилкова И.К., Силкин Ю.Р., Большев А.С. и др. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.   **Ознакомиться и выбрать технологии, способствующие развитию двигательной активности дошкольников:**   1. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – М: «Речь», 2009. 2. Соломенникова Н.М. Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет. Волгоград: Учитель, 2009. 3. Сулим Е.В. Занятия по физкультуре в детском саду. – М.: Сфера, 2010.  Фирилева Ж.Е., Сайкина Е.Г. Са-Фи-Дансе. Танцевально- игровая гимнастика для детей. **Выбрать подвижные игры и упражнения из книг:**   1. Акулова А.И. Ритмическая гимнастика для детей 6-7 лет. - Физкультура и спорт, 2007. 2. Нищева Н.В. Картотеки подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. Детство-Пресс.- 2013. 3. Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. Детство-Пресс. 2013. 4. Гуськова А.А. Подвижные и речевые игры для детей 5-7 лет: Развитие моторики, коррекция координации движения и речи.- Волгоград: Учитель, 2014. 5. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет.- М.: Мозаика-Синтез, 2016. 6. Казина О.Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы. – М.: АСТ, 2008. | Сентябрь – октябрь  2023 |
| Разработка программно-методического обеспечения образовательного процесса | **Разработать учебно-методический комплект**:  1. Комплексно-тематическое планирование.  2. Картотеку подвижных игр для каждого возраста.  3. Картотеку подвижных народных игр.  4. Конспекты НОД  5. Комплекс гимнастик «Минутки здоровья» (пальчиковых, для глаз, дыхательных, бодрящих, ортопедических).  6. Сценарии квест-игр «В поисках здоровья», «Волшебный сундучок».  7. Сценарии развлечений и спортивных праздников  8. Консультации для педагогов  9. Презентации-консультации для педагогов: «Формы активизация двигательной деятельности дошкольников», «Применение подвижных игр в коррекционно-образовательном процессе с детьми ». | В течение года |
| Проектирование деятельности | Поэтапный алгоритм профессиональной деятельности по теме:  **I этап – организационный**   1. Обогатить предметно-пространственную среду для развития двигательной активности детей в игровой деятельности. 2. Формировать двигательный опыт дошкольников посредством ознакомления с различными видами подвижных игр. 3. Организовать взаимодействие с родителями по вопросам оздоровления и развития двигательной активности детей.   **II этап – практический**   1. Совершенствовать двигательные навыки дошкольников в подвижных играх. 2. Развивать основные физические качества: быстроту, ловкость, меткость, выносливость, внимание и координацию. 3. Формировать потребность в ежедневной двигательной деятельности. 4. Применить здоровьесберегающие технологии:   **-** кинезиологические упражнения А.Л. Сиротюк;  **-** массаж биологически активных зон по А.А.Уманскому;  **-**пальчиковую гимнастику В. Цвынтарного;  **-** элементы психогимнастики М.И.Чистяковой;  **-** логоритмические упражнения и речевые ритмические игры А.Я. Мухиной, М.Ю. Картушиной;  **-**дыхательную гимнастику А.Н. Стрельниковой.  **III этап – обобщающий**   1. Использовать накопленный игровой опыт детей в самостоятельных играх. 2. Развивать творческую инициативу в игровой деятельности. 3. Провести анализ результатов по теме. 4. Обобщить опыт работы. | Сентябрь - ноябрь 2023  Декабрь 2023  – март 2024  Апрель 2024  – май 2024 |
| Мониторинг деятельности | 1. Провести диагностику «Нормативы для оценки результатов физических качеств детей» 2. Провести промежуточную диагностику с детьми, имеющими проблемы с развитием физических качеств. 3. Провести анализ результатов вводной и итоговой диагностик. | Октябрь-ноябрь 2023  Декабрь 2023    Май  2024 |
| **Психолого-педагогическое обеспечение** | Формирование личностных качеств воспитанников  в процессе реализации темы по самообразованию | 1. Создать психолого-педагогические условия для развития двигательной активности. 2. Создать условия для организации самостоятельных подвижных игр. 3. **Поддерживать позитивный эмоциональный фон в процессе взаимодействия с детьми**. 4. Применять такие педагогические приемы как поощрение, похвала, юмор, которые позволят ребенку испытать положительные эмоции в образовательной деятельности. 5. Стимулировать физическую раскрепощенность и двигательную активность детей. 6. Развивать инициативу и самостоятельность воспитанников. 7. Развивать целеустремленность, способность доводить начатое дело до конца. | Постоянно |
| Вовлечение родителей в образовательную деятельность по теме самообразования | **Провести совместно с родителями и для родителей:**  1. Спортивные развлечения: «Малые олимпийские игры»,  «Семейный марафон»;  2. Мастер-классы: «Упражнения для укрепления здоровья детей»,  «Подвижные игры для дошкольников».  3. Консультации: «Значение подвижной игры в физическом развитии ребенка»,  «Игры и забавы с детьми от 3 до 7 лет зимой на улице», «Коррекция плоскостопия и осанки»,  «Современные технологии по оздоровлению дошкольников».  4. Буклеты: «Здоровая семья – здоровые дети»,  «Как закалять ребенка»,  «Учим детей самомассажу». | Ноябрь  Февраль    Март    Январь  Сентябрь  Декабрь  Апрель  Май  Апрель  Ноябрь  Март |
| **Условия**  **реализации методической темы** | Создание развивающей предметно-пространственной среды | 1. Обогатить РППС разнообразным оборудованием для ходьбы, перешагивания, перепрыгивания: канатами, косичками, дорожками из следов стоп, массажными дорожками. 2. Дополнить РППС атрибутами. 3. Изготовить атрибуты для подвижных и самостоятельных игр. | Сентябрь  - декабрь 2023 |
| **Обобщение результатов** | Описание и обобщение деятельности по теме самообразования | Представление опыта в форме   1. Выступлений: «Подвижные игры как средство обогащения двигательного опыта ребенка», «Взаимодействие с родителями по развитию двигательной активности детей». 2. Публикаций:   - «Профилактика простудных заболеваний у воспитанников ДОУ посредством использования технологий оздоровления», - «Эффективные методы оздоровления детей в процессе двигательной деятельности». | Апрель  - май  2024 |

**Литература**

**Нормативно-правовые документы:**

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2013 г. № 1155 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования».
3. Приказ Минтруда России от 18.10.2013 N 544н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог (педагогическая деятельность в сфере дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования) (воспитатель, учитель)».
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 15 мая 2013 года № 26 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций» (СанПиН 2.4.1.3049 – 13).

**Научная и методическая литература:**

1. Акулова А.И. Ритмическая гимнастика для детей 6-7 лет. - Физкультура и спорт, 2007.
2. Гуськова А.А. Подвижные и речевые игры для детей 5-7 лет: Развитие моторики, коррекция координации движения и речи.- Волгоград: Учитель, 2014.
3. Здоровьесберегающее физическое развитие: Развивающие двигательные программы для детей 5-6 лет: пособие для педагогов дошкольных учреждений / Филиппова Л.В., Лебедев Ю.А., Шилкова И.К., Силкин Ю.Р., Большев А.С. и др. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.
4. Казина О.Б. Веселая физкультура для детей и их родителей. Занятия, развлечения, праздники, походы. – М.: АСТ, 2008.
5. Кудрявцев В. Т., Егоров Б. Б.Развивающая педагогика оздоровления (дошкольный возраст): Программно-методическое пособие. - М.: Линка-Пресс, 2000.
6. Нищева Н.В. Картотеки подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. Детство-Пресс.- 2013.
7. Овчинникова Т.С., Потапчук А.А. Двигательный игротренинг для дошкольников. – М: «Речь», 2009.
8. Рунова М.А. Двигательная активность ребенка в детском саду.- М.: Мозаика-синтез, 2008.
9. Рунова М.А. Движение день за днем; Двигательная активность - источник здоровья детей: пособие для педагогов дошкольных учреждений, препод. и студ.; - М.: Линка - Пресс, 2007.
10. Силантьева С.В. Игры и упражнения для свободной двигательной деятельности детей дошкольного возраста. Детство-Пресс. 2013.
11. Соломенникова Н.М. Формирование двигательной сферы детей 3-7 лет. Фитболгимнастика.- Волгоград: Учитель, 2009.
12. Степаненкова Э.Я. Сборник подвижных игр для занятий с детьми 2-7 лет.- М.: Мозаика-Синтез, 2016.