Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад №12 «Ромашка»

***Индивидуальный план***

***повышения профессионального уровня***

***на 2023-2024 учебный год***

***по теме: «Роль подвижной игры в физическом развитии и укреплении здоровья ребёнка дошкольного возраста»***

СОСТАВИЛА:

Гаврилова Л.О.

Воспитатель детей дошкольного возраста

I квалификационная категория

Углич 2023г

Направление: социально-личностное, физическое, творческое.

Дата начала работы над темой: сентябрь 2023 г.

Окончание работы: май 2024  г.

Форма самообразования: подгрупповая.

**Цель работы:** по самообразованию: повысить эффективность реализации задач по физическому воспитанию дошкольников в условиях внедрения ФГОС на основе использования подвижных и дидактических игр.

**Задачи:**

- реализация общих образовательных задач по физическому воспитанию;

- развитие интереса к игре;

- воспитание самооценки и самоконтроля;

- формирование представлений о здоровом образе жизни.

**Актуальность выбранной темы:**

Дошкольный возраст является ключевым в формировании физического здоровья и культурных навыков, обеспечивающих его совершенствование, укрепление и сохранение в будущем.

Физическое развитие по ФГОС включает приобретение опыта в следующих видах деятельности детей:

1) двигательной, в том числе связанной с выполнением упражнений, направленных на развитие таких физических качеств, как координация и гибкость; способствующих правильному формированию опорно-двигательной системы организма, развитию равновесия, координации движения, крупной и мелкой моторики обеих рук, а также с правильным, не наносящем ущерба организму, выполнением основных движений (ходьба, бег, мягкие прыжки, повороты в обе стороны),

2) формирование начальных представлений о некоторых видах спорта, овладение подвижными играми с правилами; становление целенаправленности и саморегуляции в двигательной сфере;

3) становление ценностей здорового образа жизни, овладение его элементарными нормами и правилами (в питании, двигательном режиме, закаливании, при формировании полезных привычек и др.).

Работа по оздоровлению и физическому воспитанию детей, я считаю, должна строиться на основе ведущей деятельности детей дошкольного возраста – игровой, а двигательно-игровая деятельность – это основа воспитания, оздоровления, развития и обучения детей дошкольного возраста.

**План работы на 2023-2024 учебный год**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Раздел | Сроки | Содержание работы | Практические выходы |
| Изучение методической литературы | Сентябрь - май | 1. Губанова Н.Ф. Игровая деятельность в детском саду. Программа и методические рекомендации. Для занятий с детьми 2-7 лет. Мозаика-Синтез, Москва, 20082. Зимонина В. А. Воспитание ребёнка – дошкольника. Расту здоровым. М.; ВЛАДОС, 2003.3. Моргунова О. Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Учитель, 2005.3. Рунова М. А. Двигательная активность ребёнка в детском саду. Мозаика-Синтез, Москва, 2004.4. Смирнова Е.О. Лучшие развивающие игры. Эксмо, Москва, 2014 |  |
| Работа с детьми | Октябрь | Проведение дидактических игр, беседы, просмотр иллюстраций по формированию представлений о здоровом образе жизни – «Мой день», «Что такое хорошо, что такое плохо», «Правила гигиены», «Витамины- наши друзья», «Закаливание- шаг к здоровью», «Виды спорта», «Части тела», «Тело человека, как оно устроено»,  «Дыхательная гимнастика», «Какое питание мы выбираем», | Открытый показ НОД с детьми на тему:«В здоровом теле-здоровый дух» |
| Ноябрь | Обыгрывание подвижных игр  соответствующие возрасту детей и развивающие физические качества:Игры с бегом: «Пилоты», «Цветные автомобили», «Найди свое место», «Добеги до предмета».Игры на развитие силы и выносливости:«Волшебный канат», «Кто сильнее?», «Полоса препятствий», «По ровненькой дорожке».Игры на развитие быстроты и ловкости: «Эстафета», «Быстро в домик»,Гибкость:«Гонка мячей».Ползание и лазание: «Обезьянки».На ориентировку в пространстве: «Найди, где спрятано», «Кто ушел?», «Найди и промолчи», «Береги предмет»Игры и упражнения с мячом:  «Ударь по мячу», «Мяч через сетку». | Спортивное развлечение с участием детей на тему: «Вечер подвижных игр» |
| Январь | Знакомство с русскими народными подвижными играми: «Народные подвижные игры» | КВН на тему: «В гостях у тетушки Совы» |
| Март | Формирование культуры здоровья у детей дошкольного возраста и повышение мотивации к его сохранению. | Квест-игра с участием детей на тему:  «Мы за здоровый образ жизни» |
| Май | Развитие двигательной активности и физической подготовленности детей через организацию подвижных игр. | Открытый показ НОД на тему: «Вот как мы играем!» |
| Работа с семьёй | Октябрь | Приобщать родителей к здоровому образу жизни. Индивидуальные беседы. | Развлечение совместно с родителями на тему: «Будем вместе мы играть и здоровье укреплять» |
| Декабрь | Повышать роль семьи в физическом воспитании и оздоровлении детей, с целью привлечения к совместным занятиям и мероприятиям. | Семейная гостиная на тему: «Наша семья дружит с физкультурой» |
| Февраль | Развитие творческой инициативы родителей в формировании у детей устойчивого интереса к физической культуре и зимним спортивным играм. | Вечер подвижных игр с участием детей и родителей на тему: «Зимние забавы». |
| Апрель | Привитие интереса у родителей к подвижным играм, развитие и сохранение физических качеств детей. | Интерактивный кейс для родителей. Открытый показ утренней гимнастики под музыку. |
| Самореализация | Октябрь | Научно- методические разработки, печатные издания, публикации, участие в вебинарах. | «Современные технологии физического воспитания дошкольников», «Развитие физических качеств и оздоровление дошкольников», «Игры- как средство физического воспитания дошкольников», «Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни у дошкольников» |
| Декабрь | Распространение собственного опыта, представление педагогам эффективных приемов по развитию и укреплению физического здоровья  детей дошкольного возраста. | Мастер-класс для педагогов ДОУ на тему:  «Использование интерактивных игр в физкультурно- оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста» |
| Апрель | Участие на семинаре-практикуме. |  «Развитие самостоятельности у детей дошкольного возраста на занятиях физической культуры в условиях ДОУ» |
| Пополнение предметно- пространственной среды | Сентябрь-Ноябрь | Лэпбук по физическому развитию: «Подвижные игры» |  |
| Декабрь-Февраль | Дидактическая игра: «Летние виды спорта», «Зимние виды спорта». |  |
| Март-Май | Лото: «Собери спортсмена», «Подбери атрибут», «Кто, во что играет?» |  |
|  |