

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по физическому
развитию детей №8 «Зоряночка»



«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ
детский сад №8 «Зоряночка»
С.Ю. Месикова
« » 2023г.

План по самообразованию
Тема «Физическое развитие детей в игровой деятельности»

Воспитатель:
Пенькова А.В.

г. Ессентуки 2023г

Дата начала работы над темой: 01.09.2023г.

Предполагаемая дата окончания работы: 31.05.2024г.

Цель:

- ✓ Повысить свой теоретический, научно-методический уровень;
- ✓ Расширить свои знания в области физического развития детей дошкольного возраста;
- ✓ Создать условия для физического развития детей средствами игровой деятельности;

Задачи:

- ✓ Повысить свой профессиональный уровень в использовании методов и приемов физического развития детей.
- ✓ Создать условия и обстановку благоприятные для вовлечения ребенка в двигательно-игровую деятельность.
- ✓ Способствовать накоплению и обогащению двигательного опыта детей, развитию физических качеств.
- ✓ Изготовление пособий и атрибутов для подвижных игр, приобретение спортивного инвентаря.

Актуальность: формирование здоровья детей, полноценное развитие их организма - одна из основных проблем в современном обществе. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, физической подготовленности и гармонического физического развития. Необходимость разработки данной темы обусловлена тем, что изменилась действительность, окружающая детей. На смену увлекательным коллективным играм пришли компьютерные. Приоритетным становится интеллектуальное, эстетическое развитие ребенка. Не отрицая их значимости, надо признать, что ребенку все меньше времени остается для подвижных игр, прогулок, общения со сверстниками. Подвижные игры позволяют ставить и решать интересные двигательные задачи разной сложности, закрепляя достигнутый оздоровительный эффект, получать новые ощущения, самозабвенно вкладывать в них свои эмоции. Решение этой проблемы в создании совокупности социально - педагогических условий, обеспечивающих целостный воспитательный процесс, гармоничное физическое и личностное развитие ребенка. В настоящее время в условиях неблагоприятной экологической обстановки, неустойчивых социальных условий проблема здоровья детей является особенно актуальной.

Этапы реализации:

Этап, срок реализации	Содержание работы	Форма отчета
1 этап организационно ознакомительный	1. Анкетирование родителей по данной теме. 2. Список литературы для использования в работе над темой. 3. Подбор и ознакомление с методической литературой, с интернет источниками. 4. Определение тем проектов, конспектов, выступлений.	1. Оформление папки по самообразованию. 2. Перспективный план работы с детьми в средней группе.
2 этап – основной	1. Сбор информации по теме из различных источников. 2. Создание картотеки подвижных игр, пальчиковых гимнастик, гимнастик пробуждения, дыхательной гимнастики, физкультминуток.	1. Создание своей методической копилки, включив в нее информацию из интернет-

	3.Подбор новых методов и приемов для развития двигательной активности детей на прогулке. Изучение с детьми подвижных игр и игровых упражнений. 4.Знакомство с русскими подвижными играми.	ресурсов. 2.Оформление и пополнение картотек. 3.Создание картотеки подвижных игр и игровых упражнений для прогулки 4.Картотека подвижных игр, атрибуты к играм.
3 этап – заключительный	1. Проведение консультации на родительском собрании, бесед. 2.Разработать сценарий сюжетно спортивного мероприятия «Сказочные эстафеты», подобрать эстафеты, стихи, призы. 3.Систематизация подобранного методического и игрового материала, оформление его в папку передвижку «Физическое развитие в игре».	1.Консультация «Формирование у детей потребности в физической активности». 2.Тематический спортивный праздник «Сказочные эстафеты». 3.Папка передвижка «Физическое развитие в игре».

Предполагаемые итоги реализации:

- ✓ Успешно решить задачу воспитания устойчивости интереса к занятиям физической культурой
- ✓ Овладение техническими приемами, и эффективно применять разученные технические приемы в игре
- ✓ Развитие двигательных качеств (ловкость, выносливость, скорость). Укрепление связочного аппарата, развитие всех групп мышц
- ✓ Формировать знания, умения и навыки проведения внутренних форм занятий

Методическая работа:

- ✓ Изучение методической литературы по организации и проведению спортивных и подвижных игр
- ✓ Создание и пополнение необходимых условий для организации спортивных, и подвижных игр
- ✓ Развитие ловкости у детей в процессе игр и игровых упражнений
- ✓ Разработка картотеки игр и игровых упражнений для развития ловкости дошкольников

Перспективы при продолжении работы на следующий год:

«Нравственно – патриотическое воспитание детей среднего возраста»

- ✓ Продолжить работу по теме: «Физическое развитие детей в игровой деятельности»;
- ✓ Продолжить подборку игр и игровых упражнений по данной теме;

- ✓ Изучить новинки методической литературы;
- ✓ В работе с родителями включать анкеты, беседы, организацию совместных праздников.

Перспективный план по самообразованию

Месяц	Работа воспитателя	Работа с детьми	Работа с родителями
Сентябрь	1.Подобрать и изучить методическую литературу по теме самообразования. 2.Сбор методического материала по теме «Здоровье». 3.Оформление картотеки подвижных игр, пальчиковых гимнастик, гимнастик пробуждения, дыхательной гимнастики, физкультминуток. 4.Игры, развивающие эмоциональную сферу ребенка.	1.Дидактические игры по формированию представлений о здоровом образе жизни- «Я здоровье берегу», «Почему нельзя?» и др. 2.Беседа о здоровье и чистоте. 3.Изучение с детьми подвижных игр и игровых упражнений. 4.Наблюдение за поведением детей и состоянием здоровья в повседневной жизни.	1.Папка передвижка «Как сохранить здоровье детей осенью». 2.Консультация «Физкультурно-оздоровительная работа в группе». 3.Анкетирование родителей «Физическое развитие детей». 4.Круглый стол «Развитие двигательной активности детей».
Октябрь	1.Консультация для педагогов «Развитие физических качеств детей дошкольного возраста посредством игр». 2.Пополнение методической копилки. 3.Создание фотоальбома семейных плакатов: «Моя семья и спорт». 4.Картотека игр и упражнений «Уроки добра».	1.Знакомство с русскими народными подвижными играми: у медведя во бору, гуси-лебеди, курочка, лошадки тд. 2.Подготовка к развлечению «Вечер подвижных игр». 3.Игра «Подбрось-поймай», «Угадай животное». 4.Беседа «Осанка-стройная спина» Цель: познакомить детей с правилами сохранения правильной осанки.	1.Привлечь внимание родителей к вопросу повышения двигательной активности детей. 2.Консультация «Подвижные игры». 3.Папка передвижка «Как сохранить здоровье детей осенью». 4.Мастер -класс «Без игры-нет развития»
Ноябрь	1.Консультация для воспитателей «Игра по формированию представлений о здоровом образе жизни- «Мой день» 2.Представление родителям развивающих игр, упражнений, используемых в детском саду для укрепления	1.Физкультминутки «Репка», «Теремок», «Курочка Ряба» и тд. 2.Дидактическая игра по формированию представления о здоровом образе жизни- «Я здоровье берегу». 3.Беседа «Какие подвижные игры мы знаем?».	1.Консультация для родителей о проблеме сохранения и укрепления здоровья детей. 2.Папка передвижка «Физическое развитие в игре». 3. «Какое место занимает физкультура в вашей семье?» рекомендации. 4.Информация для

	здоровья. 3.Беседа «Роль физического развития в формировании личности ребенка». 4.Закрепить представления о пользе подвижных игр, понимание их роли для здоровья.	4.Физкультурное занятие в нетрадиционной форме «Теремок».	родителей «Подвижные игры дома, как занять детей на карантине».
Декабрь	1.Консультация для воспитателей по теме «Самообразования». 2.Сформировать у детей представления о правильном режиме дня и пользе его соблюдения для здоровья. 3.Атрибуты к играм. 4.Беседа с детьми «Витаминная кладовая».	1.Досуг «Вечер подвижных игр». 2.Беседы с детьми о ЗОЖ (зачем делать зарядку, о пользе витаминов). 3.Игра «Найди мяч». 4.Разучивание новых игр.	1.Консультация для родителей «Роль подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста». 2.Памятка для родителей «Чему ребенок обучается в игре?». 3.Совместный досуг «Игры наших бабушек». 4.Фотовыставка «Мы за здоровый образ жизни!».
Январь	1.Изготовление пособий для проведения утренней гимнастики, гимнастики пробуждения, атрибутов для сюжетно-ролевых игр. 2.Пополнения уголка физического развития 3.Создать в зале условия и обстановку, благоприятные для вовлечения ребенка в двигательную-игровую деятельность. 4.Картотека пословиц, стихов, считалок и поговорок о здоровом образе жизни.	1.Чтение детям пословиц, потешек, загадок о спорте. 2.Рисунок «Моя любимая игра» 3.Разучивание игр «Расскажи о своем настроении», «Помоги волшебнику» и тд. 4.Цикл занятий и бесед «Здоровый образ жизни».	1.Спортивное развлечение «Путешествие в лес». 2.Консультации для родителей «Совместные занятия спортом». 3.Папка «Здоровье». 4.Викторина «Здоровый образ жизни».
Февраль	1.Создание картотеки подвижных игр и игровых упражнений для прогулки. 2.Консультация «Игры для укрепления здоровья детей». 3.Подбор новых методов и приемов для развития двигательной активности детей на	1..Изучение с детьми подвижных игр и игровых упражнений 2.Игра «Лови комара». 3.Беседа «Телевизор, компьютер и здоровье».	1.Создание нетрадиционных пособий для профилактики плоскостопия, нарушения осанки у детей. 2.Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни. 3.Папка-передвижка для родителей «Снежные забавы с детьми».

	прогулке. 4.Картотека игр и упражнений по ЗОЖ.		4.Консультация «Стоп-грипп».
Март	1.Разработать сценарий сюжетного спортивного мероприятия «Сказочные эстафеты», подобрать эстафеты, стихи, призы. 2.Папка передвижка «Азбука здоровья». 3.Конспекты физкультурных занятий. 4.Фотоколлаж «Чтоб здоровыми быть всегда, поиграем детвора».	1.Беседа на тему «Что такое здоровье?». 2.Подвижные игры «Кто дальше прыгнет», «Поймай мяч». 3.Проведение пальчиковой гимнастики, гимнастики пробуждения, элементов релаксации. 4.Фотоотчет «Вот как мы играем!».	1.Родительское собрание «Формирование у детей потребности в здоровом образе жизни». 2.Индивидуальные беседы с родителями по теме «Спортивная одежда и обувь для занятия физкультурой». 3.Папка-передвижка «Семейные игры на свежем воздухе».
Апрель	1.Физкультурно-спортивные игры, эстафеты на прогулке. 2.Консультация для воспитателей «Игра-это здорово!» 3.Картотека народных игр. 4. Проведение физкультурных занятий на улице.	1.Знакомство с музыкально-подвижными играми: «Замри», «Кошки-мышки». 2.Подготовка и проведение Дня здоровья. 3.Спортивная эстафета «А ну-ка дети». 4.Разучивание утренней гимнастики с элементами ритмопластики.	1.Консультация «Выходные в семье». 2.Вечер игр: «Веселые игры». 3.Папка-передвижка «Чистые руки-залог здоровья».
Май	1.Выставка детских рисунков «Как мы укрепляем здоровье». 2.Консультация для воспитателей «Игра-это здорово!». 3.Изготовление картотек с общеразвивающими упражнениями. 4.Отчет по проделанной работе по теме самообразования.	1.Беседы о здоровье и чистоте. 2.Подвижные игры с предметами (обручем, мячом, скакалками). 3.Отгадывание загадок о частях тела. 4.Дидактические игры по формированию представлений о здоровом образе жизни - «Мой день», «Что такое хорошо, что такое плохо», «Правила гигиены».	1.Консультации: «Летний отдых», «Осторожно клещи». 2.Памятка с советами по проведению игр. 3.Спортивные игры на свежем воздухе. 4.Анкетирование родителей конец года.

Вывод: 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.

Анкетирование родителей, начало года
«Физическое развитие вашего ребенка».

Данная анкета является анонимной (вы не называете свою фамилию, поэтому, пожалуйста, будьте предельно откровенны).

1. Каковы ваши основные источники информации о физическом воспитании детей и приобщении их к здоровому образу жизни?

- a. Советы родственников
- b. Советы друзей и знакомых
- c. Передачи по телевидению
- d. Личный опыт

2. Знаете ли вы, как ваш ребенок приобщается к здоровому образу жизни в условиях детского сада?

- a. Да
- b. Частично
- c. Не знаю

3. В какие подвижные игры любит играть ваш ребенок?

4. Какими физическими упражнениями вы занимаетесь совместно с ребенком?

- a. Утренней гимнастикой
- b. Играем в подвижные игры
- c. Другое

5. Вы соблюдаете режим дня вашего ребенка?

- a. Не соблюдаю
- b. Иногда
- c. Соблюдаю

6. Делаете ли вы акцент на закаливании своих детей?

- a. Нет
- b. Да
- c. Иногда

7. Есть ли у вас дома условия для физического воспитания ребенка?

- a. Спортивный уголок
- b. Спортивный инвентарь
- c. Нет условий

8. Согласны ли вы с выражением «Игра-школа жизни?»

- a. Да
- b. Нет

9. В какие игры вы играли в детстве и научили им вашего ребенка?

10. Назовите последнюю игру, в которую вы играли всей семьей?

Спасибо за сотрудничество.

Изучение учебно-методической используемой литературы:

1. Л.Волошина «Играйте на здоровье!»(технологии)
 2. М.Литвинова «Русские народные подвижные игры» М, Просвещение,
 3. В.Кузнецов «Физические упражнения и подвижные игры» М, НЦ ЭНАС
 4. Э. Степаненкова «Сборник подвижных игр для детей 2-7 лет»
 5. Э. Степаненкова «Методика физического воспитания»
 6. Н. Кольпио «80 игр для детского сада»
 7. Т.Дмитриенко «Спортивные упражнения и игры для детей дошкольного возраста»
 8. Периодические издания, интернет-ресу
- 1)<http://www.maam.ru/detskijasad/-fizicheskoe-vozpitanie-v-detskom-sadu.html>
 - 2) <http://lib-5.ru/sheet-4218&p=16.php>
 - 3)https://docs.google.com/document/d/1rED4I_