Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад № 30 «Зоренька»

**самообразование**

***"Интеграция образовательных областей в процессе физического развития дошкольников"***

**подготовительной группы**

Воспитатель

Старикова Т.В.

 2021-2022 г.г.

**"Интеграция образовательных областей в процессе физического развития дошкольников"**

**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

**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.

План работы на 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 | Сентябрь-май | Дидактические игры по формированию представлений о здоровом образе жизни – «Мой день», «Что такое хорошо, что такое плохо», «Правила гигиены» и др. | День здоровья (март) |
| Сентябрь-май | Обучение подвижным играм, соответствующим возрасту детей и развивающим физические качества – силу, быстроту, ловкость, выносливость, гибкость, разные виды движений:сила и выносливость – «Волшебный канат», «Кто сильнее?», «Кто дальше?» и др.;быстрота и ловкость – «Кошки-мышки», «Кто скорей?», «Ловишки», «Быстро в домик» и др.гибкость: «Гонка мячей», «Уточка», «Медвежата»;бег: «Спящая лиса», «Самолёты» и др.;прыжки: «Зайцы и волк», «Лягушки и цапля» и т.д.;ползание и лазание: «Обезьянки», «Котята и щенята» и др. | Досуг «Вечер подвижных игр» (январь). |
| Январь-апрель | Знакомство с русскими народными подвижными играми: «У медведя во бору», «Гуси-лебеди», «Курочка», «Лошадки» и т.д. | Спортивный праздник «Русские народные подвижные игры» (апрель). |
| Февраль | Знакомство с новыми музыкально-подвижными играми: «Замри», «Танец на газетке», «Кошки-мышки». |  |
| Май | Отображение впечатлений, полученных во время подвижных игр, в продуктивной деятельности (рисовании, лепке, аппликации). | Выставка работ детского творчество «Мои любимые игры». |
| Работа с семьёй | Ноябрь | Просмотр работы с детьми по формированию представлений о зож. | Открытый показ образовательной деятельности «Путешествие в Зелёную страну» |
| Январь | Консультация для родителей «Роль подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста». | Папка-передвижка |
| Апрель | Краткосрочный проект «Необычный мяч». | Развлечение с участием родителей «Школа мяча». |
| Самореализация | Февраль | Консультация для педагогов по теме самообразования. | Выступление на семинаре-практикуме. |
| Май | [Отчёт](http://prodetskiysad.blogspot.ru/2015/06/otchet-po-teme-samoobrazovaniya-rolj-igry-v-fizicheskom-razvitii-i-ukreplenii-zdorovjya-rebenka.html) о проделанной работе по теме самообразования на итоговом педсовете. | Выступление на педсовете. |

**Отчёт по теме самообразования "Интеграция образовательных областей в процессе физического развития дошкольников"**

 В 2021-2022 учебном году мною была изучена тема «Роль игры в физическом развитии и укреплении здоровья ребёнка в условиях внедрения ФГОС».

 Важным направлением физического воспитания детей в условиях современного детского сада является развитие моторной (двигательной) деятельности дошкольников.

 Во время изучения данной темы я выяснила, что важно не только удовлетворить биологическую потребность детей в двигательной активности, но и предусмотреть ее рациональное насыщенное содержание, основанное на оптимальном соотношении разных видов игр и физических упражнений и отдыха. Двигательная активность дошкольников должна быть целенаправленна и соответствовать их интересам, двигательным и функциональным возможностям.

 Достаточная двигательная активность является необходимым условием гармоничного развития детского организма, которая влияет на формирование психофизиологического статуса ребенка. Кроме того, существует прямая зависимость между уровнем физической подготовленности и психическим развитием ребенка. Дети, имеющие большой объем двигательной активности в режиме дня, характеризуются средним и высоким уровнем физического развития, более высокими адаптационными возможностями организма, низкой подверженностью простудным заболеваниям.

 В дошкольном возрасте закладываются основы всестороннего гармонического развития личности ребенка. Важную роль при этом играет своевременное и правильно организованное физическое воспитание, одной из основных задач которого является развитие и совершенствование движений.

 В дошкольном возрасте происходит формирование разных по структуре и характеру основных движений. Это такие движения, как ходьба, бег, подпрыгивание, перепрыгивание, ползание, которые не только широко применяются детьми в самостоятельной деятельности, в творческих играх, но являются неотъемлемым элементом содержания организованных подвижных игр, начиная с самого раннего возраста. Конечно, эти движения успешно усваиваются детьми в  подвижных играх. С их помощью решаются самые разнообразные задачи: образовательные, воспитательные - и оздоровительные. В процессе игр создаются благоприятные условия для развития и совершенствования моторики детей, формирования нравственных качеств, а также привычек и навыков жизни в коллективе.

 Подвижные игры в основном — коллективные, поэтому у детей вырабатываются элементарные умения ориентироваться в пространстве, согласовывать свои движения с движениями других играющих, находить свое место в колонне, в кругу, не мешая другим, по сигналу быстро убегать или менять место на игровой площадке или в зале и т. п.

 Игра помогает ребенку преодолеть робость, застенчивость. Часто бывает трудно заставить малыша выполнять какое-либо движение на глазах у всех. В игре же, подражая действиям своих товарищей, он естественно и непринужденно выполняет самые различные движения.

 Подчинение правилам игры воспитывает у детей организованность, внимание, умение управлять своими движениями, способствует проявлению волевых усилий. Дети должны, например, начинать движения все вместе по указанию воспитателя, убегать от водящего только после сигнала или последних слов текста, если игра сопровождается текстом.

 Сюжетные подвижные игры благодаря многообразию их содержания помогают детям закреплять свои знания и представления о предметах и явлениях окружающего их мира: о повадках и особенностях движений различных животных и птиц, их криках; о звуках, издаваемых машинами; о средствах передвижения и правилах движения поезда, автомобиля, самолета.

Подвижные игры создают дополнительную возможность общения воспитателя с детьми. Воспитатель рассказывает, объясняет детям содержание игр, их правила. Дети запоминают новые слова, их значение, приучаются действовать в соответствии с указаниями.

 Очень важна роль подвижных игр в увеличении двигательной активности детей в течение дня. Особое значение имеют они для увеличения физиологических нагрузок на организм ребенка. Активные двигательные действия при эмоциональном подъеме способствуют значительному усилению деятельности костно-мышечной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, благодаря чему происходит улучшение обмена веществ в организме и соответствующая тренировка функций различных систем и органов.

 Влияние подвижных игр на развитие движений детей, а также некоторых волевых проявлений их во многом зависит от того, сколько времени длится эта игра. Чем дольше и активнее действует ребенок в игре, тем больше он упражняется в том или ином виде движений, чаще вступает в различные взаимоотношения с другими участниками, т. е. тем больше ему приходится проявлять ловкость, выдержку, умение подчиняться правилам игры.

 Активность детей в играх зависит от целого ряда условий: содержания игры, характера и интенсивности движений в ней, от организации и методики ее проведения, а также от подготовленности детей.

Основная задача педагога - поддержание в игре достаточной активности всех детей, постепенное усложнение движений в соответствии с возрастными особенностями детей.

 Наиболее эффективно проведение подвижных игр на свежем воздухе. При активной двигательной деятельности детей на свежем воздухе усиливается работа сердца и легких, а, следовательно, увеличивается поступление кислорода в кровь. Это оказывает благотворное влияние на общее состояние здоровья детей: улучшается аппетит, укрепляется нервная система, повышается сопротивляемость организма к различным заболеваниям. Именно поэтому в течение года я старалась насыщать прогулки  играми и различными физическими упражнениями.

 Разнообразие игр по содержанию и организации детей позволяет подбирать их с учетом времени дня, условий проведения, возраста детей, их подготовленности, а также в соответствии с поставленными воспитателем задачами.

 Укрепление и оздоровление организма детей, формирование необходимых навыков движений, создание условий для радостных эмоциональных переживаний детей, воспитание у них дружеских взаимоотношений и элементарной дисциплинированности, умения действовать в коллективе сверстников, развитие их речи и обогащение словаря — вот те основные воспитательные задачи, которые решались мною при помощи разнообразных игровых заданий в течение всего учебного года.

**СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ ПО САМООБРАЗОВАНИЮ**

**в 2021-2022 учебном году**

|  |  |
| --- | --- |
| **Этапы работы посамообразованию** | **Деятельность** |
| 1. Формирование потребности в самообразовании, самооценка подготовленности, осознание необходимости в знаниях, постановка целей и задач. | Поставлена цель работы по самообразованию:повысить эффективность реализации задач по физическому воспитанию дошкольников в условиях внедрения ФГОС на основе использования подвижных и дидактических игр. |
| 2. Планирование работы по самообразованию. | Планирование работы по следующим разделам:-изучение методической литературы;-работа с детьми;-работа с семьёй;-самореализация. |
| 3. Теоретическое изучение проблемы. | Изучение литературы по теме: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 |
| 4. Практическая деятельность | День здоровьяДосуг «Вечер подвижных игр»Спортивный праздник «Русские народные подвижные игры» (апрель).Выставка работ детского творчества «Мои любимые игры».Открытый показ образовательной деятельности «Путешествие в Зелёную страну»Консультация для родителей «Роль подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста»Краткосрочный проект «Необычный мяч», в рамках которого было проведено развлечение с участием родителей «Школа мяча».Выступление на семинаре-практикуме.Выступление на педсовете с отчётом по теме самообразования. |