Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Чановский детский сад №2

Чановского района Новосибирской области

**План самообразования
« Роль подвижной игры в физическом развитии детей дошкольного возраста»**

Инструктор по физической культуре:
 Грязнова К.И.

**Цель:** повышение своего теоретического уровня, профессионального мастерства и компетентности по данной теме.
 Тема выбрана мною не случайно.  В последние годы педагоги и родители все чаще с тревогой отмечают, что многие дошкольники испытывают серьезные трудности в общении со сверстниками, в физическом и умственном развитии.  Изучив литературу по этой теме  я узнала, что без игры нет и не может быть полноценного умственного развития.

 Игра - это огромное светлое окно, через которое в духовный мир ребенка вливается живительный поток представлений, понятий. Игра - это искра, зажигающая огонек пытливости и любознательности, - писал В.А. Сухомлинский. В жизни дошкольников игры занимают самое большое место, - отмечала Н.К. Крупская. - Игра есть потребность растущего детского организма. В игре развиваются физические силы ребенка, гибче тело, вернее глаз, развивается сообразительность, находчивость, инициатива. Игра для них - учеба, игра для них - труд, игра для них - серьезная форма воспитания.
 Игры без преувеличения можно назвать витаминами душевного благополучия. Под яркой, забавной, привлекательной формой скрывается немало педагогических возможностей. Игра выполняет важные социальные функции, поскольку в ней ребенок ощущает себя одновременно личностью и членом коллектива. Таким образом, игра является средством социализации ребенка. Игра для ребенка то же, что речь для взрослого. Играя, он обретает пространство - физическое, эмоциональное, социальное. У него формируется комплекс "самости" - самовыражения, самоконтроля, самореализации, самоопределения, самореабилитации.

 Подвижные игры являются прекрасным средством развития и совершенствования движений детей, укрепления и закаливания их организма. Ценность подвижных игр в том, что они основываются на различных видах жизненно необходимых движений, и в том, что эти движения выполняются в самых разнообразных условиях. Большое количество движений сопровождается химическими процессами, которые активизируют дыхание, кровообращение и обмен веществ в организме, что в значительной мере способствует развитию мышц, костей, тканей.

 Игра - естественный спутник жизни ребенка, - заложенный самой природой в развивающемся организме ребенка, - неуемной потребности его в жизнерадостных движениях. Достаточное насыщение свободного времени детей играми содействует общему и всестороннему их развитию.

  Моя работа по самообразованию нацелена на то, чтобы дети ещё с дошкольного возраста приучались  играть в подвижные игры, знали как можно больше, содействовать овладению жизненно необходимыми двигательными навыками, умениями через организацию  подвижных игр, укреплять здоровье детей, способствовать их правильному физическому развитию

 Для того чтобы начать работу, я изучила методическую литературу. За основу в своей работе я взяла Основную общеобразовательную программу дошкольного образования муниципального бюджетного образовательного учреждения детского сада.

 Пособие «Воспитание детей в игре» А.К.Бондаренко, А.И. Матусик помогло мне освоить методику вовлечения детей в игру.
А книга «Ребёнок в детском саду» Т.И.Бабаева помогла мне в выборе игр и игровых ситуаций для формирования нравственных качеств.
Книга «Роль игры в воспитании детей» А.П.Усова помогла мне понять значение игры в нравственном развитии дошкольников.

 Исходя из выше изученной литературы, я выбрала путь, который показался мне самым верным – развивать у детей физические качества: быстроту, гибкость, ловкость, совершенствовать движения детей, укреплять и закаливать организм, воспитывать у дошкольников такие нравственные качества: культура поведения, гуманные отношения (доброжелательность, отзывчивость, заботливое отношение), стремление оказать помощь, через игру
 Работая по теме, я разработала план. Провела анкетирование родителей на тему «Как играть с ребенком» и «Моя семья и здоровый образ жизни». Я сделала выводы, что родители недооценивают важность двигательной активности для формирования физического и психического здоровья  детей. Дома родители предпочитают занять ребёнка спокойными играми: в лучшем случае рисованием, интеллектуальными или другими настольными играми, а в худшем – просмотром телепередач или видеофильмов, игрой на компьютере. С целью разъяснения  подготовила консультацию для родителей «Подвижная игра как средство оздоровления».

 С  педагогами провела педагогический ринг на тему: «Использование подвижных игр, игровых ситуаций и спортивных игр в работе воспитателя». Изготовила нестандартное оборудование для игр: моталки, минное поле, маски, метко в цель. На протяжении года дети играли в подвижные игры: сюжетные игры,  бессюжетные игры, игровые упражнения, игры-забавы, благодаря которым у них развивались как физические качества (быстрота, выносливость, координация движений, мышечная сила, ловкость), так и основные психические процессы (внимание, мышление, память, речь).
 В своей работе я использовала русские народные подвижные игры («Пузырь», «Зайка серенький сидит» и т.д.), игровые упражнения на развитие тех или иных физических характеристик (например, задачами игрового упражнения «Догони мяч» было развитие умения сохранять во время ходьбы и бега необходимое направление), подвижные игры с разной подвижностью
 Таким  образом, с помощью игры дети были вовлечены в двигательную деятельность. На основе положительных эмоций, связанных с понятным, близким сюжетом, и доступности движений у малышей постепенно появилось желание участвовать в играх. Главным достижением работы  по данной теме,  я считаю создание благоприятной дружеской атмосферы в детском коллективе, установление контакта между воспитателем и воспитанниками, наполнение детей яркими эмоциями.     Оптимальное использование подвижных игр (физических упражнений) приводит к ослаблению стресса и напряжения детского организма, улучшает физическую, психическую и интеллектуальную работоспособность детей.

Работу по этой теме буду продолжать.