**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад комбинированного вида «Югорка»**

**Индивидуальный план самообразования на 2023 – 2024 г.г.**

**по теме:**

***«*РИТМИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ В ДЕТСКОМ САДУ»**

Инструктор по физической культуре

Рыбалова Ирина Анатольевна

**План саморазвития на тему**: Р**итмические занятия в ДОУ**

**Цель**: повысить свой теоретический, научно-методический уровень, систематизировать и расширить свои знания в области **ритмических занятий**.

**Задачи**:

1. Изучить и систематизировать достижения педагогической науки по теме.

2. Повысить собственный уровень знаний путём изучения методической литературы, новинок **программно**–методического обеспечения, интернет - ресурсов по **применению ритмических занятий в ДОУ.**

3. Создать условия и обстановку, благоприятные для вовлечения ребенка в двигательно-игровую деятельность через применение ритмики на занятиях физической культурой.

**Актуальность**

Одной из сторон развития личности ребенка является физическое развитие, которое самым непосредственным образом связано со здоровьем дошкольника. В период дошкольного детства у ребенка закладываются основы здоровья, двигательной подготовленности и гармонического физического развития.

Опыт внедрения ритмической гимнастики показал, что эту разновидность гимнастики с успехом можно использовать в ДОУ. Весомыми аргументами в пользу ритмической гимнастики являются её доступность, эффективность и эмоциональность. О важности ритмической гимнастики написано много работ и книг, поскольку ритмическая гимнастика общедоступна и является одним из высокоэффективных средств физического и эстетического воспитания.

В процессе систематических занятий ритмической гимнастикой у детей повышается быстрота мышления и двигательная реакция, укрепляется воля, расширяется диапазон положительных эмоциональных переживаний. Физиологический эффект от занятий ритмической гимнастикой заключается в улучшении обмена веществ, работы сердечно - сосудистой, дыхательной систем, повышении сопротивляемости организма заболеваниям. Занятия по ритмической гимнастике помогают дошкольникам укрепить здоровье, развить подвижность суставов и гибкость позвоночника, выносливость, обрести хорошую правильную осанку, воспитать красивую походку, избавиться от лишнего веса, привить любовь к движениям, музыке, развить пластику, поддерживать тонус организма. Поэтому детям необходимо заниматься ритмической гимнастикой.

**Планирование деятельности по теме самообразования на 2023-2026 уч. Год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Раздел плана**  | **Сроки**  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Формы работы**  |  |

 |
| Определение цели и задач на год. | Сентябрь  | **Методическая работа:** Сбор и обработка диагностической информации.Разработка плана, системы, прогнозирование результатов. |
| Разработка системы мер, направленных на решение проблемы. | 2023-2024  | **Методическая работа:**Разработка основной образовательной программы Разработка плана мероприятий. Разработка плана взаимодействия с педагогами. Разработка плана взаимодействия с родителями. Разработка дидактического материала. Подбор музыкального репертуара, создание фонотеки.  |
| 2023-2024 | **Изучение методической литературы.** Подобрать и изучить методическую литературу по теме самообразования.Совершенствовать знания современного содержания физической подготовки дошкольников (ритмические занятия и здоровьесберегающие технологии).Составление Картотеки: - общеразвивающих упражнений для изучение разных способов применения ритмики,- музыкально ритмические игры. |
| Работа с детьми | 2024-2026 | **Проведение мониторинговых исследований.** Мониторинг физического развития детей, тестовые задания для определения его уровня.  |
| 2024-2026 | **Проведение практических занятий.** Работа с воспитанниками по подгруппам и индивидуально, с учетом индивидуальных способностей. Просмотр презентаций.Использование упражнений ритмической гимнастики  |
| 2024-2026 | **Кружковая работа**. Применение ритмических упражнений в дополнительной образовательной программе «Кенгуренок» |
| 2024-2026 | **Мероприятия.**Проведение в течение учебного года ритмических занятий.Внедрение новых форм и методов в организации и проведении спортивных праздников и развлечений.  |
| Работа с педагогами | 2024-2026 | **Консультативная работа. Беседы** Консультации: -«Развитие физических качеств посредством ритмической гимнастики у детей дошкольного возраста»-«Закрепление основных видов движений при проведении ритмической гимнастики»-«Оздоровительное и воспитательное значение ритмических занятий» |
| **Мероприятия.** Составление и обсуждение сценариев детских утренников, праздников, развлечений согласно плану работы ДОУ. Практические занятия с воспитателями.  |
| **Разработка дидактического материала** Изготовление памяток, буклетов по данной теме. Проведение анкетирования.  |
| Работа с родителями: | 2024-2026 | **Консультации и индивидуальные беседы.** Консультации: «Одежда ребенка на занятиях ритмикой»«Все о ритмике»«Первые ритмы» |
| **Родительские собрания.** Выступления на родительских собраниях Доклад-презентация: «Ритмические занятия в детском саду» |
| **Совместные праздники и развлечения** Работа с родителями по вопросам организации праздников, выступлений (согласно плану работы) «День матери» «23 февраля» «8 марта»Помощь родителей в приобретении и изготовлении пособий, реквизита и др. |
| Самореализация | 2025-2026 | **Выступления на педсоветах, методических совещаниях.** Доклад -«Музыкальные игры на занятиях физической культурой »-«Особенности организации и проведения ритмических упражнений » |
| **Выступление на ГМО** Сообщение из опыта работы ««Создание условий для ритмических занятий в детском саду». |
| **Участие в вебинарах.** Сертификаты.  |
| **Курсы повышения квалификации** Удостоверения.  |