**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. |