

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Нижневартовска детский сад № 29 «Ёлочка»

План работы по самообразованию инструктора по физической культуре
Сергеевой Марины Александровны

Тема: «Развитие и совершенствование скоростно-силовых качеств у юных
баскетболистов посредством физических упражнений с мячом».

на 2021-2022 учебный год

Цель: Использование упражнений с баскетбольным мячом, как средство развития скоростно – силовых качеств у воспитанников в процессе обучения элементам игры в баскетбол

Задачи:

1. Определить уровень развития скоростно-силовых качеств у детей старшего дошкольного возраста.
2. Совершенствовать комплекс упражнений направленный на развитие скоростно-силовых качеств, в процессе тренировочной деятельности, по средством упражнений с мячом.
3. Проанализировать эффективность предложенного комплекса.
4. Разработать для использования в работе педагогов, комплекс упражнений на развитие скоростно – силовых качеств.
5. Повысить уровень педагогической компетентности в работе с родителями , по средством информационного стенда, буклетов, памяток.

Совместная деятельность с детьми

Форма проведения	Тема мероприятия	Содержание деятельности	Форма отчета	Сроки проведения
НОД	«Скоростно – силовые качества у детей 5-7 лет»	Упражнения на развитие скоростно – силовых качеств	Справка пед. мониторинг	Сентябрь 2020 - май 2021
Проект по теме	« Развитие скоростно – силовые качества у детей 5-7 лет»	Реализация долгосрочного проекта через ДОП	Справка о результатах проекта (поэтапно)	май
Совместное творчество с детьми	«ГТО»	Спортивные соревнования	Фотоотчет	апрель 2021
Организация работы с педагогами				
Консультация	«Формировани	Оформление	консультации	Ноябрь

	е скоростного, силового направления, с учетом возрастных особенностей»	информационного стенда	и	2020 - май 2021
Презентация опыта работы		Выступление на пед. Совете «Развитие двигательной сферы»	Протокол	
Буклеты, памятки		Распространение буклетов, памяток на сайте педагога	Буклеты, памятки	
Родительское собрание				
Организация работы с родителями				
Информационный стенд	«Использование в игре баскетбол: переменный метод, соревновательный метод, повторный метод, игровой метод ».	Оформление информационного стенда	Памятки, буклеты, консультации и	В течении года
День открытых дверей	«А-нука мальчики»	Спортивные состязания	Фотоотчет	февраль
Буклеты, памятки	«Запрещенные упражнения»	«Основные упражнения , необходимые для развития	Фотоотчет	апрель

		скоростно – силовых качеств»		
Сайт	Тема проекта, ссылка на сайт	Методическая копилка	Скриншот	май
Обобщение и распространение опыта				
Дистанцион ные курсы		Вебинары, семинары	Сертификат, дипломы, удостоверени я	В течении года