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

**Индивидуальный план**

**самообразования на 2019 – 2020 г.г.**

**по теме:**

***«Взаимодействие инструктора по физкультуре с педагогами ДОУ по вопросам физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья детей*»**

Инструктор по физической культуре

Рыбалова Ирина Анатольевна

**Введение.**

Самообразование есть необходимое условие профессиональной деятельности педагога. Общество всегда  предъявляло, и будет предъявлять к педагогу самые высокие  требования. Для   того чтобы учить других,  нужно знать больше, чем все остальные. Педагог должен учиться всему постоянно, потому что в лицах его учеников перед ним каждый год сменяются временные этапы, углубляются и   даже меняются представления об окружающем мире. Способность к самообразованию определяется психологическими и интеллектуальными показателями каждого педагога, но не в меньшей степени эта способность вырабатывается в процессе работы с источниками информации, анализа и самоанализа, мониторинга своей деятельности.

Решая задачи физкультурно-оздоровительного образования, ориентирую свою деятельность на такие важные компоненты, как формирование цен­ностных ориентацией на изучение вопросов здоровья и здорового образа жизни, воспита­ние потребности к систематической целенаправленной двигательной активности.

Здоровье – необходимое условие для гармоничного развития личности. И, если недостаток образования можно восполнить, то подорванное здоровье восстановить значительно труднее, а нарушенное в детском возрасте – зачастую уже невозможно.

На современном этапе немаловажное значение имеет организация и оценка здоровьесберегающей деятельности детского сада. Здоровье ребёнка, его физическое и психическое развитие, социально – психологическая адаптация определяется в значительной степени условиями жизни в саду. Главным компонентом, определяющим здоровьесберегающий потенциал детского сада, является адекватность форм и методов обучения, их соответствие возрастным и индивидуальным особенностям детей, обязательные физкультурно – оздоровительные мероприятия.

**План самообразования.**

**1.Цель:** Повышение  профессиональной  подготовленности в области взаимодействия инструктора по физической культуре с педагогами ДОУ по вопросам физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья детей, путём применения здоровьесберегающих технологий в непосредственной образовательной деятельности.

**2.Задачи:**

- Разработка и реализация в системе физического воспитания детей дошкольного возраста картотек здоровьесберегающих технологий в режиме двигательной активности детей в ДОУ 3-7 лет;

- Изучение литературы по физическому воспитанию дошкольников, по здоровьесберегающим технологиям: задачи, средства, пути решения проблемы укрепления, развития и сохранения здоровья детей дошкольного возраста;

- разработать и оформить материалы для работы с родителями по оздоровлению детей и пропаганде здорового образа жизни;

**3. Ожидаемые результаты:**

- Совершенствование своего профессионального уровня;

- Создание образовательной среды, формирующей здоровую, физически развитую, социально адаптированную, увлечённую спортом личность, сознательно использующую знания о здоровом образе жизни;

- Формирование комплекта  дидактических материалов;

- Совершенствовать знания педагогов по применению здоровьесберегающих технологий в непосредственной образовательной деятельности.

- Повышение родительской компетентности в области физической культуры, здорового образа жизни.

**Перспективный план работы:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Раздел плана | Форма работы | Практические выходы | Отчёт о выполнении |
| Сентябрь | | | |
| Самореализация | Продолжение  изучение программы  по образовательной области «Здоровьесберегающие технологии» | Повышение знаний,  сбор материала |  |
| Работа с педагогами | Консультация «Спортивная одежда  и обувь для занятий  физкультурой» | Предоставление  педагогам  педагогической  информации по теме | Консультация |
| Работа с детьми | Проведение спортивно- массовых мероприятий | Учить детей сохранять и  укреплять своё  здоровье | Фотоотчёт |
| Октябрь | | | |
| Самореализация | Работа с книгами  Ткаченко Т.А. «Развиваем мелкую моторику» | Повышение знаний, сбор материала | Картотека пальчиковой гимнастики |
| Работа с педагогами | Консультация для родителей «Делайте дома вместе с детьми» | Предоставление  педагогической  информации по теме | Папка передвижка |
| Работа с детьми | Проведение  пальчиковой  гимнастики (ежедневно) | В качестве развития  моторики | Фотоотчёт |
| Ноябрь | | | |
| Самореализация | Обновление  физкультурного уголка.  Работа с книгами В.И.Ковалько «Азбука физкультминуток для дошкольников», С.А. Левина, С.И. Тукачёва «Физкультминутки» | Создание условий для сохранения здоровья.  Повышение знаний, сбор материала  Пополнение методической копилки | Фотоотчёт  Картотека физкультминуток |
| Работа с педагогами | Консультация «Утренняя зарядка – как привить привычку» | Предоставление  педагогической  информации по данной теме | Стендовая информация |
| Работа с детьми | Проведение недели национальных игр «Дружба народов» | Развивать  эмоционально- волевую сферу и игровую деятельность | Фотоотчёт |
| Декабрь | | | |
| Самореализация | Оформление проекта  «На пути к доброму здоровью»  Работа с книгой О.М. Литвинова «Оздоровительная гимнастика» | Сбор аналитической  информации  Пополнение методической копилки | Картотеки здоровьесберегающих технологий |
| Работа с педагогами | Консультация «Воспитание правильной осанки у ребенка» | Предоставление  педагогической информации | Памятка для родителей |
| Работа с детьми | Проведение  динамических пауз  во время занятий | В качестве  профилактики  непропорциональной  нагрузки на мышцы | Фотоотчёт |
| Январь | | | |
| Самореализация | Продолжение  изучение программы  по образовательной  области « Игры по ЗОЖ». | Повышение знаний,  сбор материала |  |
| Работа с педагогами | Консультация «Играем вместе. Игры интересные и полезные дома» | Предоставление  педагогической информации | Стендовая информация |
| Работа с детьми | Проведение  тематических дней новогодних каникул | Формировать  потребность в двигательной  активности, развивать умение сознательно вырабатывать полезные  привычки. | Фотоотчёт |
| Февраль | | | |
| Самореализация | Работа с методической  Литературой А.А. Гуськова «подвижные и речевые игры для детей 5-7 лет» Развитие моторики, коррекция координации движений и речи | Повышение знаний,  сбор материала  Пополнение методической копилки | Оформление картотек « Игры по ЗОЖ» |
| Работа с педагогами | Консультация «Профилактика и коррекция плоскостопия» | Предоставление  педагогической  информации  Пополнение методической копилки | Картотека коррекционных комплексов гимнастики |
| Работа с детьми | Проведение  утренников ко Дню  Защитника Отечества  Ежедневное проведение бодрящей гимнастики для дошкольников | Развивать  эмоционально- волевую  сферу и игровую деятельность  В целях укрепления  организма | Фотоотчёт |
| Март | | | |
| Самореализация | Работа с  методической  литературой.  Оформление  картотек «Зрительная гимнастика» | Повышение знаний,  сбор материала  Пополнение методической копилки | Картотека «Зрительная гимнастика» |
| Работа с педагогами | Консультация «Оздоравливающие игры для часто болеющих детей» | Предоставление  педагогической  информации по данной теме | Стендовая информация |
| Работа с детьми | Проведение  Утренников к 8 Марта Ежедневное проведение дыхательной гимнастики | Развивать эмоционально- волевую  сферу и игровую деятельность  В целях укрепления  организма | Фотоотчёт |
| Апрель | | | |
| Самореализация | Изучение методической литературы о повышении интереса к занятиям физкультурой за счет нетрадиционных занятий | Повышение знаний,  сбор материала  Пополнение методической копилки |  |
| Работа с педагогами | Консультация для родителей «Вместе с мамой вместе с папой» | Предоставление  педагогической  информации | Папка передвижка |
| Работа с детьми | Спортивное развлечение «Космическое путешествие» | Развивать эмоционально- волевую  сферу и игровую деятельность | Фотоотчёт |
| Май | | | |
| Самореализация | Итоги  Самообразования  по образовательной области «Здоровьесберегающие технологии» | Повышение знаний,  сбор материала  Пополнение методической копилки | Проект |
| Работа с педагогами | Консультация «Чем занять ребенка летом» | Предоставление  педагогической  информации по данной теме | Стендовая информация |
| Работа с детьми | Проведение спортивно- массовых мероприятий | Учить детей сохранять и  укреплять своё  здоровье | Фотоотчёт |