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

**Индивидуальный план самообразования на 2022 – 2023 г.г.**

**по теме:**

***«*ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА В ДЕТСКОМ САДУ»**

Инструктор по физической культуре

Рыбалова Ирина Анатольевна

**План саморазвития на тему**: **Начальная лыжная подготовка в ДОУ**

**Цель**: повысить свой теоретический, научно-методический уровень, систематизировать и расширить свои знания в области **начальной лыжной подготовки**.

**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 **формирования начальной лыжной подготовки детей.**

4. Создать условия и обстановку, благоприятные для вовлечения ребенка в двигательно-игровую деятельность через лыжную подготовку.

**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.

С учетом климатических особенностей и достаточно широко развитой лыжной школой, популярной **формой** подготовки двигательного опыта ребенка, является **форма** обучения физическим упражнениям детей дошкольного возраста посредством лыжной подготовки, что в свою очередь влияет на **формирование двигательного навыка**, и на **формирование осанки**, особенно эффективно это происходит на **прогулке**.

Лыжная подготовка одна из немногих занятий, которая включает в себя все виды двигательной активности, способствует закаливанию организма, укрепление опорно-двигательного аппарата, развитие координации, равновесия. Естественные силы природы усиливают эффективность влияния физических упражнений на организм ребенка. Во время занятий на улице, в зимнее время, у детей возникают положительные эмоции, больше поглощается кислорода, увеличивается обмен веществ, повышаются функциональные возможности всех органов и систем, что способствует физическому развитию детей.

**Планирование деятельности по теме самообразования на 2022-2023 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. | Сентябрь- октябрь | **Методическая работа:**  Разработка основной образовательной программы  Разработка сценариев мероприятий.  Разработка плана взаимодействия с педагогами.  Разработка плана взаимодействия с родителями.  Разработка дидактического материала.  Подбор музыкального репертуара, создание фонотеки. |
| Сентябрь - декабрь | **Изучение методической литературы.**  Подобрать и изучить методическую литературу по теме самообразования.  Совершенствовать знания современного содержания физической подготовки дошкольников (начальная лыжная подготовка и здоровьесберегающие технологии).  Составление Картотеки:  - общеразвивающих упражнений на изучение разных способов ходьбы на лыжах,  - техника выполнения классических приемов,  - подвижных игр на свежем воздухе,  - эстафеты |
| Работа с детьми | Сентябрь | **Проведение мониторинговых исследований.** Мониторинг физического развития детей, тестовые задания для определения его уровня. |
| Октябрь - май | **Проведение практических занятий.**  Работа с воспитанниками по подгруппам и индивидуально, с учетом индивидуальных способностей.  Просмотр презентаций.  Конкурс плакатов для лыжных гонок.  Конкурс поделок «Медаль лыжника»  Проведение конкурса рисунков «Я – лыжник!».  Использование упражнений здоровьесберегающих технологий |
| Октябрь - май | **Кружковая работа**.  Дополнительная образовательная программа по реализации проекта «Лыжный патруль», направленная на лыжную подготовку дошкольников. |
| Октябрь - май | **Мероприятия.**  Проведение спортивных праздников и соревнований по начальной лыжной подготовке:  - «Открытие лыжного сезона»,  - «Новогодняя лыжная гонка на призы от деда Мороза»,  - «Все на лыжи!»  Посещение лыжной трассы МАУ «Спортивная школа» г. Покачи.  Внедрение новых форм и методов в организации и проведении спортивных праздников и развлечений.  Участие детей в конкурсах и фестивалях на уровне ДОУ, города, дистанционно в сети интернет. |
| Работа с педагогами | Сентябрь - май | **Консультативная работа. Беседы**  Консультации:  -«Организация лыжных прогулок в семье»  -«Как подготовить ребенка к занятиям на лыжах»  -«Оздоровительное и воспитательное значение лыжных занятий» |
| **Мероприятия.**  Составление и обсуждение сценариев детских утренников, праздников, развлечений согласно плану работы ДОУ.  «Лыжня России - 2023!» День здоровья «Лыжи наши друзья!»  Практические занятия с воспитателями. |
| **Разработка дидактического материала**  Изготовление памяток, буклетов по данной теме. Проведение анкетирования. |
| Работа с родителями: | Сентябрь - май | **Консультации и индивидуальные беседы.**  Консультации:  «Одежда ребенка на занятиях по лыжной подготовке»  «Как научить ребенка кататься на лыжах»  «7 родительских заблуждений о морозной погоде»  «Как выбрать лыжи для своего ребенка» |
| **Родительские собрания.**  Выступления на родительских собраниях  «Реализация проекта «Лыжный патруль»».  Доклад-презентация:  «Лыжная подготовка в детском саду» |
| **Совместные праздники и развлечения**  Работа с родителями по вопросам организации праздников, выступлений (согласно плану работы) «Лыжня России - 2023!» День здоровья «Лыжи наши друзья!»  Помощь родителей в приобретении и изготовлении пособий, реквизита и др. |
| Самореализация | Октябрь - май | **Выступления на педсоветах, методических совещаниях.**  Доклад  -«Разновидности лыжных ходов и методика обучения способам передвижения на лыжах»  -«Особенности организации и проведения занятий по лыжной подготовке в ДОУ» |
| **Выступление на ГМО**  Сообщение из опыта работы «Создание условий для выявления одаренных детей в условиях детского сада».  «Поддержка одаренных детей на занятиях по физической культуре» |
| **Публикации материалов в СМИ и сети Интернет.**  Методическая разработка консультаций, картотек по начальной лыжной подготовке. |
| **Участие в вебинарах.**  Сертификаты. |
| **Курсы повышения квалификации**  Удостоверения. |