**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.  |