ГБОУ СОШ № 1 «ОЦ» с.Кинель-Черкассы СП д/с «Аленушка»

План работы по самообразованию
инструктора по физической культуре
Джунусовой Айгуль Михаметьяновны
на 2014-2017 уч. гг.

Тема: «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ в условиях внедрения ФГОС»
Направление: физкультурно-оздоровительное.

Актуальность темы: Проблема воспитания и развития здорового ребенка в современных условиях является как никогда актуальной. О проблемах здоровья говорят все больше и больше, а здоровых детей год от года становится все меньше.

Физическая культура в детском саду была и остается предметом, который дает возможность сохранять высокую физическую работоспособность дошкольника, способствует его развитию как личности и позволяет справиться с непомерно выросшими нагрузками.

Известно, что основными средствами физического воспитания являются физические упражнения. Они весьма разнообразны и имеют высокую степень эмоциональности. Несмотря на это, не ослабевают попытки использовать на занятиях физической культуры упражнения, сочетающие в себе достоинства традиционных видов и новых нетрадиционных направлений физической активности.

Здоровье ребенка зависит от ряда факторов: биологических, экологических, социальных, гигиенических. Формирование осознанного отношения ребенка к здоровому образу жизни немыслимо без активного участия в этом процессе педагогов и родителей. Ведь не секрет, что благоприятные условия развития, обучения, и воспитания ребёнка-дошкольника могут быть реализованы лишь при условии тесного взаимодействия двух социальных институтов – детского сада и семьи. Совместная деятельность педагогов дошкольного образовательного учреждения и родителей по сохранению и укреплению здоровья ребёнка, формированию здорового образа жизни, основ гигиенической и физической культуры имеет не только педагогическое, но и глубокое социальное значение. Ведь здоровье детей – будущее страны, основа её национальной безопасности.

Для повышения интереса детей к физической культуре необходимо тесное взаимодействие педагогов с семьями воспитанников. Необходимо использовать такие формы работы с родителями, в которых они выступают заинтересованными участниками педагогического процесса.

В настоящее время особую актуальность имеет проблема состояния здоровья и физического развития детей дошкольного возраста. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения превращается сейчас в первоочередную социальную проблему. За последние десятилетия состояние здоровья дошкольников резко ухудшилось. Проблемы детского здоровья нуждаются в новых подходах, доверительных партнерских отношений сотрудников ДОУ с родителями.

Цель: усовершенствование комплексной системы физкультурно-оздоровительной работы с детьми, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей, сохранение у родителей и воспитанников здоровья через физические упражнения.

Задачи:
1. Совершенствование своего профессионального уровня с учетом ФГОС.
2.Повышение качества занятий по физической культуре.
3.Формирование комплекта дидактических материалов.
4.Формирование конспектов занятий и мероприятий с применением ФГОС.
5.Совершенствовать знания педагогов по подготовке детей и проведения занятий по физической культуре с учетом ФГОС.
6.Повышение родительской компетентности в области физической культуры, здорового образа жизни.

Ожидаемые результаты:

- создание образовательной среды, формирующей здоровую, физически развитую, социально адаптированную, увлечённую игрой личность.
- положительная динамика показателей физического развития детей.
- формирование у детей и родителей осознанного отношения к физическому воспитанию ребенка.

№	Содержание работы, мероприятия	Срок выполнения Название темы
	Методическая работа.	
1.	Составить перспективный и календарный план работы с детьми на занятиях	2014-2015 год Сентябрь
2.	Составить поурочные планы занятий для всех возрастных групп.	2014-2015 год Сентябрь
3.	Проработать методическую литературу.	2014-2016 год
	«Формирование правильной осанки и коррекция плоскостопия у дошкольников»: рекомендации, занятия, игры, упражнения. Т.Г. Анисимова, С.А. Ульянова. - Волгоград: Учитель, 2011 г. -146 с.	Коррекционные упражнения правильной осанки и плоскостопия.
	Е.Вареник «Физкультурно-оздоровительные занятия с детьми 3-7 лет», М, Сфера 2006 г	Гимнастика после сна. Дыхательная гимнастика. Релаксация с речевым сопровождением. Коррекционные упражнения.
	«Здоровьесберегающие технологии в ДОУ»: Методическое пособие. –М.: ТЦ Сфера, 2007.	Комплексы общеразвивающих упражнений.
	«Практический опыт здоровьесберегающей деятельности в ДОУ/ Авт.-сост. А.К. Сундукова - М.: АРКТИ, 2010-104 с.	Внедрение здоровьесберегающих технологий в условиях ДОО
	«Растим здорового ребенка. Новые стандарты». М.: УЦ «Перспектива», 2011. -160с.	Инновационные формы физического развития дошкольников
	Т. Харченко «Утренняя гимнастика в детском саду», М, Мозаика – Синтез 2006 г	Комплексы утренней гимнастики 3-5 лет
	Е. Борисова «Система организации физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками», М, Сфера 2006 г	Гимнастика в постели после сна; Двигательная активность детей на прогулке; Место дыхательно-звуковой гимнастики в утренней гимнастике, занятии, на прогулке.
	О. Моргунова «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ (практическое пособие), Воронеж, ТЦ «Учитель», 2005 г	Задачи ритмической гимнастики. Ритмическая гимнастика в детском саду
	Н. Голицына «Физкультурный калейдоскоп для дошкольников (практическое пособие). М, «Скрипторий 2003» 2006 г	Содержание двигательной деятельности детей в дошкольном учреждении а) физкультминутки б) гимнастика пробуждения
	В. Кудрявцев «Развивающая педагогика оздоровления» (программно-методическое пособие) М, Линка-Пресс 2000	Организация двигательно-оздоровительных моментов на не физкультурных занятиях дошкольников в группе.

	Э. Степаненкова «Методика физического воспитания» М, Издательский дом 2005 г	Формы организации а) утренняя гимнастика б) физкультминутки в) индивидуальная работа и активный отдых
	Интернет-ресурсы	Физкультминутки, пальчиковая гимнастика, дыхательная гимнастика. Физкультурно-спортивные игры, эстафеты.
	Л.Н. Волошина и др., Игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников, Волгоград: Учитель, 2013	Современные модели игровой деятельности в физкультурно-оздоровительной деятельности
	Н. Голицына «Нетрадиционные занятия физкультурой в дошкольном образовательном учреждении» (из опыта работы) М, 2004 г	Обучение детей спортивным играм и спортивным упражнениям
	В. Алямовская «Современные подходы к оздоровлению детей в дошкольном образовательном учреждении»	Психофизиологические и социально-психологические факторы здоровья»; Оздоровительная направленность физкультурных мероприятий
	А.М. Сивцова. Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях. – Методист, 2007;	Сохранение и укрепление здоровья ребенка как основная задача дошкольного учреждения;
	А. А. Ошкина. Формирование основ здорового образа жизни у старших дошкольников. СПБ., 2009.	Здоровьесберегающие технологии в детском саду по ФГОС
4.	Подобрать комплексы зарядки для всех возрастных групп.	2014-2015 год Октябрь
5.	В целях самообразования изучить комплексы упражнений, системы занятий и игры с фитболами. Изучить комплексы пальчиковой гимнастики.	2014 год В течение года
6.	Подобрать новые комплексы упражнений для кружка – «Растишка»	2014 год Сентябрь
7.	Создать проекты	2014-2017 год
	«Если хочешь быть здоров!»	Январь-август, 2016 год
	«Эти разные мячи»	Июнь-август, 2017 год
	«Весёлая физкультура»	Сентябрь 2017
8.	Изучить и внедрить в работу с детьми программу по «Мини футболу»	2016-2017 год
	Физкультурно-оздоровительная работа.	
1.	Обработать данные медосмотра, сделать списки детей с группами здоровья.	2014-2017 год Сентябрь
2.	Провести диагностику физической подготовленности детей.	2014-2017 год
	Вводная диагностика развития детей образовательной области «Физическая культура»	Сентябрь
	Итоговая диагностика развития детей образовательной области «Физическая культура»	Май

3.	Осуществлять медико-педагогический контроль на физкультурных занятиях.	2014-2017 год 1 раз в квартал
4.	Обеспечить контроль по закаливанию детей в сочетании с утренней зарядкой и гимнастикой после сна.	2014-2017 год Ежедневно в течение года
5.	Закаливающие мероприятия: закаливающая ходьба босиком в спальне до и после дневного сна, мытье рук, шеи, лица прохладной водой. Дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, самомассаж, оздоровительный бег на воздухе.	2014-2017 год Ежедневно в течение года
6.	Проводить физкультурно - оздоровительный работу кружка «Растишка»	2014-2017 год Ежемесячно в течение года
	Организационно-массовая работа.	
1.	Составить календарный план активного отдыха детей.	2014-2017 год Сентябрь
2.	Провести физкультурно-оздоровительные праздники.	2014-2017 год 4 раза в год
	Музыкально - физкультурный праздник, посвящённый Дню здоровья.	Октябрь
	Спортивно-музыкальный праздник, посвящённый Дню семьи «Папа, мама, я – спортивная семья»	Ноябрь
	Музыкально - физкультурный праздник, посвященный Дню Защитника Отечества. Смотр строя и песни.	Февраль
	Малые олимпийские игры	Май
3.	Провести физкультурные досуги.	2014-2017 год 2 раза в месяц
	Развлечение ко дню Знаний	Сентябрь
	Развлечение «Путешествия в мир сказок»	Сентябрь
	Развлечение «Здравствуй осень»	Октябрь
	Развлечение «Мой папа самый спортивный»	Ноябрь
	Зимние физкультурное развлечение «Зимние забавы»	Декабрь
	Развлечение «Новый год в спортивном зале»	Декабрь
	Спортивный досуг «Весёлые старты»	Январь
	Спортивный досуг к Международному женскому дню 8 Марта.	Март
	Развлечение ко Дню смеха	Апрель
	Физкультурный досуг ко дню Космонавтики	Апрель
	Физкультурный досуг «Здравствуй, Масленица!»	Апрель
	Спортивно - музыкальное развлечение «Бегом к	Май

	здоровью»	
	Развлечение, посвящённое Дню защиты детей.	Май
4.	Организационная и тренировочная работа в рамках подготовки к Фестивалю флешмобов среди дошкольников города Отрадный	2014-2017 год
	Работа с воспитателями.	
1.	Регулярно информировать о спортивных мероприятиях в детском саду, привлекать к участию в них.	2014-2017 год В течение года
2.	Консультировать по индивидуальной работе с детьми в целях развития физических качеств и укрепления здоровья.	2014-2017 год В течение года
3.	Выступить на педагогическом совете	2014-2017 год 2 раза в год
	«Взаимодействие инструктора с педагогами ДОУ по вопросам физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья детей»	Октябрь, 2014 год
	Семинар-практикум «Урок - здоровья»	Февраль, 2015 год
	«Утренние зарядки и физминутки с использованием речевого компонента на интерактивном оборудовании»	Октябрь, 2015 год
	Мастер-класс "Будь здоров, воспитатель!"	Февраль, 2016 год
	«Роль физической культуры в дальнейшей жизни дошкольников»	Октябрь, 2016 год
	Презентация «Су – джок терапия»	Февраль, 2016 год
	«Организация совместной деятельности детей и родителей в ДОУ»	Октябрь, 2017 год
	Мастер-класс «Самомассаж по физической культуре для воспитателей ДОУ»	Февраль, 2017 год
	«Здоровье – наше богатство»	Октябрь, 2017 год
	Презентация «Здоровьесберегающее пространство в ДОУ»	Декабрь, 2017 год
4.	Создать консультации на разные темы	2014-2017 год Ежемесячно в течение года
5.	Организовать смотр физкультурных уголков	2014-2017 год Сентябрь
6.	Организовать спортивные соревнования, развлечения, занятия.	2014-2017 год
	Смотр физической подготовки воспитателей детского сада «А ну – ка, наши воспитательницы!»	Октябрь

	Лыжные соревнования.	Февраль
	Занятия фитбол-гимнастикой.	Ежемесячно
	Легкоатлетические эстафеты.	Май
	Производственная гимнастика	Ежедневно в течение года
Работа с родителями.		
1.	Провести Дни открытых дверей	2014-2017 год Сентябрь
2.	Проводить индивидуальные беседы и давать рекомендации.	2014-2017 год в течение года
3.	Проведение итогов по формированию физических качеств и навыков за учебный год. Показы итоговых физкультурных занятий.	2014-2017 год май
4.	Выступить на общеродительских собраниях	2014-2017 год
	«Основные направления физкультурно – оздоровительной работы в ДОУ в новом учебном году»	Сентябрь
	«Информирование родителей о физическом развитии и физической подготовленности детей в течение года»	Май
5.	Выступления на групповых родительских собраниях «Прогулка и ее значение в развитии детей»	2014-2017 год Октябрь, 2014 год
	«Роль родителей в укреплении и сохранении здоровья детей»	Октябрь, 2016 год
	«Одежда для физкультурных занятий в помещение и на свежем воздухе»	Октябрь, 2017 год
	ЗОЖ как фактор здоровья семьи	Декабрь, 2017 год
6.	Провести открытые занятия кружка «Растишка»	2014-2017 год Октябрь, апрель
7.	Привлечь родителей к участию в: -физкультурно-оздоровительных праздниках и развлечениях в детском саду, -лыжных спартакиадах, -соревнованиях по чудо - шашкам, -Малых олимпийских играх, -туристических походах, -создание проектов, -организации выставок работ, фото - выставок.	2014-2017 год Согласно плану детского сада
8.	Составить консультации, папки – передвижки, оформить стенд, выставки на различные темы.	2014-2017 год Ежемесячно в течение года
9.	Провести анкетирование родителей.	2014-2018 год
	«Ребёнок и физкультура – горизонты развития»	Декабрь, 2014 год
	«Роль физкультуры в жизни семьи»	Декабрь, 2015 год

	«Здоров ли ваш ребёнок?»	Декабрь, 2016 год
	«Знаете ли, насколько развит ваш малыш?»	Сентябрь, 2017 год
	«Анализ работы детского сада по укреплению здоровья детей»	Декабрь, 2017 год