Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
средняя общеобразовательная школа №1 «Образовательный центр»
с. Кинель-Черкассы им. Героя Советского Союза Елисова Павла Александровича
муниципального района Кинель-Черкасский Самарской области
структурное подразделение «детский сад «Аленушка»

План работы
по самообразованию инструктора по физической культуре

Ф.И.О. педагога: Джунусова Айгуль Михаметьяновна

Специальность: инструктор по физической культуре

Тема по самообразованию: «Профилактика плоскостопия и укрепление осанки у детей дошкольного возраста

Дата начала работы над темой: 3.09.2018 г.

Предполагаемая дата окончания работы: 30.05. 2020 г.

Образование: диплом СГСПУ по специальности преподаватель по физической культуре

Стаж педагогической работы: 11 лет

Квалификационная категория: высшая.

Актуальность обусловлена тем, что настоящее время достаточно быстро характеризуется изменениями природной и социальной среды, а также ведет к физическим, психическим, культурным, нравственным и другим переменам каждого человека. Поэтому самой актуальной проблемой на сегодняшний день является укрепление здоровья детей. На сегодняшний день проблема профилактики и коррекция отклонений в состоянии здоровья детей дошкольного возраста приобрела особую актуальность. В связи с этим возрастает значение организации работы профилактической и коррекционной направленности непосредственно в условиях работы ДОУ, где ребенок находится практически ежедневно и, следовательно, имеется возможность обеспечить своевременность и регулярность воздействий.

Отличительные особенности включают в себя внедрение современных технологий, в частности:

- Здоровьесберегающие технологии. Их применение в процессе работы кружка в детском саду обеспечивает создание безопасных условий для занятий и рациональную организацию образовательного процесса (с учётом возрастных и индивидуальных особенностей занимающихся при соблюдении гигиенических требований), а также соответствие физической нагрузки возрастным особенностям обучающихся.
- Технологии обучения здоровью. Включают гигиеническое обучение (правильное питание, гигиена тела), обучение жизненным навыкам в общении (управление эмоциями), осознанное соблюдение техники безопасности на занятиях.
- Технологии воспитания физической культуры и укрепление здоровья. Внедрение данных технологий способствуют воспитанию у детей культуры здоровья, личностных качеств, способствующих сохранению и укреплению

здоровья, формирования представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни, ответственность за собственное здоровье.

- Оздоровительные технологии. Направлены на решение задачи укрепления здоровья детей. Разделяются на два вида: спортивно-оздоровительные (средствами фитнес-программ и других видов спорта) и физкультурно-оздоровительные (средствами для профилактики и координации основных нарушений в состоянии здоровья, а также внедрение программ «Статус»).

Педагогическая целесообразность заключается в выборе форм и методов работы с учетом осуществления дифференциации и индивидуализации образовательной деятельности, направленной на профилактику плоскостопия.

Новизна заключается в разработке нестандартного оборудования для пополнения предметно-развивающей среды.

Цели:

-повысить свой профессиональный уровень;

-создать комплексную систему оздоровительно-коррекционной работы с детьми, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей;

-формировать у родителей и воспитанников ответственность в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи:

1. изучить литературу по оздоровительно-коррекционной работе с детьми старшего дошкольного возраста по теме самообразования;
2. разработать план работы с детьми на год;
3. подобрать демонстрационный и раздаточный материал для проведения занятий с детьми;
4. создать нетрадиционные пособия для профилактики плоскостопия, нарушения осанки у детей;
5. разработать и оформить в виде информационных листов, буклетов,

папок – передвижек, материалы для родителей;

6. привлечь родителей к организации оздоровительной работы с детьми.

Задачи оздоровительной работы:

- Создание и поддержание здорового образа жизни ребенка;
- Способствование физическому развитию ребенка, его оздоровлению;
- Создание условий для физического развития и снижения заболеваемости детей;
- Формирование ценности здорового образа жизни, осознание значения правильного питания, активного образа жизни, личной гигиены, закаливания;
- Воспитание здорового ребенка совместными усилиями детского сада и семьи.

Задачи коррекционной работы:

- Комплексное решение физкультурно-оздоровительных задач в контакте с медицинскими работниками;
- Способствование формированию двигательных навыков и умений;
- Укрепление связочно-мышечного аппарата;
- Постановка правильной осанки, улучшение координации движений;

Ожидаемые результаты:

-повышение профессионального уровня педагога;

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

- снижение показателей заболеваемости;

- положительная динамика показателей физического развития детей.

- формирование у детей и родителей осознанного отношения к своему здоровью.

Перспективный план работы на 2018-2019 год

Содержание деятельности	Форма отчетности	Сроки проведения
Методическая работа		
Изучение методической литературы по теме	Наличие литературы по изучаемой теме, пополнение методической копилки	Постоянно
Изготовление пособий для проведения, комплексов ЛФК, утренней гимнастики, гимнастики пробуждения, физкультурных занятий, для использования в свободной деятельности детей	Наличие пособий	Ноябрь-февраль
Консультация для педагогов на тему: «Профилактика нарушения осанки и свода стопы у детей дошкольного возраста »	Контроль старший воспитатель	Ноябрь
Подборка игр и игровых упражнений по изучаемой теме	Наличие игр и игровых упражнений	Март-апрель
Создание программы кружка «Здоровячок»	Наличие программы	Май
Работа с детьми		
Наблюдение за поведением детей и состоянием здоровья в повседневной жизни	Анализ показателей заболеваемости, уровней физического развития	Постоянно
Проведение упражнений ЛФК, закаливающих мероприятий, гимнастики пробуждения, динамических пауз физкультурных занятий с использованием упражнений ЛФК	Контроль старший воспитатель	Постоянно
Создание нового нестандартного оборудования	Оформление ППРС	Постоянно
Проведение «Недели здоровья»	Контроль старший воспитатель	1 раз в 3 месяца
Беседы с детьми о ЗОЖ	Наличие конспектов бесед	Постоянно
Проведение физкультурных досугов «День мяча», «Палочка-помогалочка»	Конспект развлечения	Февраль, март
Разучивание с детьми пословиц, загадок здоровье, о спорте, ЗОЖ	Контроль старший воспитатель	Постоянно
Работа с родителями		
Изготовление	Вывешивание	Периодически в течение

информационных листов о здоровом образе жизни	информационных листов в уголке для родителей	года
Проведение консультаций о пользе профилактических мероприятий, по предупреждению плоскостопия и нарушения осанки для детей 5-6 лет	Наличие конспектов консультаций	Раз в полугодие
Проведение мастер-класса «Ровная спинка»	Наличие конспекта мероприятия	Декабрь
Проведение утренников 23 февраля и 8 марта с показом упражнений для профилактики плоскостопия и нарушения осанки.		

Практические выходы:

1. Открытый просмотр непосредственной образовательной деятельности «Использование нестандартного оборудования для профилактики плоскостопия и укрепления осанки
2. Публикации в электронном СМИ консультации на тему: «Высота это не страшно», «Спину держать»
3. Выставка фотографий «Спортивная жизнь в ДОУ»
4. Создание буклетов для родителей «Профилактика плоскостопия», «Здоровый ребенок»

Отчет о проделанной работе за учебный год:

1. Публикация статьи на страницах СМИ. Публикация материалов по теме «Развитие моторной памяти» у старшего дошкольного возраста
2. Дипломы участия в окружной Спартакиаде среди дошкольных учреждений.

Перспективный план работы на 2019-2020 год

Содержание деятельности	Форма отчетности	Сроки проведения
Методическая работа		
Изучение методической литературы по теме	Наличие литературы по изучаемой теме, пополнение методической копилки	Постоянно
Мастер-класс для педагогов на тему: «Профилактика нарушения осанки и свода стопы у детей дошкольного возраста»	Контроль старший воспитатель	Ноябрь
Подборка игр и игровых упражнений по изучаемой теме	Наличие игр и игровых упражнений	Постоянно
Реализация программы кружка «Здоровячок»	Наличие программы	Май
Работа с детьми		
Наблюдение за поведением детей и состоянием здоровья в повседневной жизни	Анализ показателей заболеваемости, уровней физического развития	Постоянно
Проведение упражнений ЛФК, закаливающих мероприятий, гимнастики пробуждения, динамических пауз физкультурных занятий с использованием упражнений ЛФК	Контроль старший воспитатель	Постоянно
Создание нового нестандартного оборудования	Оформление ППРС	Постоянно
Проведение «Недели здоровья»	Контроль старший воспитатель	1 раз в 3 месяца
Беседы с детьми о ЗОЖ	Наличие конспектов бесед	Постоянно
Проведение физкультурных досугов «Самый сильный, ловкий, умелый», «Спортивная спартакиада»	Конспект развлечения	Февраль, март
Реализация работы кружка «Здоровячок»	Контроль старший воспитатель	Постоянно
Работа с родителями		
- Информационное просвещение: «Профилактика плоскостопия у детей». «Правильна осанка» - Индивидуальное консультирование по запросам родителей.	Вывешивание информационных листов в уголке для родителей	Периодически в течение года

Консультации: «5 упражнений на осанку». «упражнения на профилактику плоскостопия».	Наличие конспектов консультаций	Раз в полугодие
Создание предметно-развивающей среды: изготовление инвентаря и атрибутов к праздникам, развлечениям, занятиям.	Наличие атрибутов	Декабрь
Проведение совместных праздников и развлечений: Богатыри, Спортивная мама - лучшая мама, Зов природы , Здоровые дети в здоровой семье, Утренняя гимнастика с папами	Старший воспитатель	Периодически в течение года

Литература:

1. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка г. Нижний Новгород М.,19993г.
2. Волошина Л.Н. Играйте на здоровье. Программа и технология физического воспитания детей 5-7 лет. М., 2004 г.
3. Глазырина Л.Д. Физическая культура – дошкольникам. Программа и программные требования. М., 1999г.
4. Змановский Ю.Ф. Авторская программа Здоровый дошкольник. Обруч 1996г. №3
5. Истоки: Базисная программа развития ребенка дошкольника / Под ред. Т.Н. Антонова М., 1997г.
6. Радуга: Программа воспитания, образования и развития детей дошкольного возраста в условиях детского сада Т.Н. Доронова М., 2004г.

Формы предоставления результатов самообразования:

1. Рабочая программа по физическому воспитанию
2. «Здоровячок» для детей старшего дошкольного возраста