Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Ваховский детский сад «Лесная сказка»

План по самообразованию педагога

Гончар Лидии Александровны

стаж работы – 34 лет, высшая квалификационная категория

Тема: «Оздоровительные технологии в физическом воспитании дошкольников»

2017 - 2018 учебный год

2017г.

**Актуальность.** Семья и детский сад – тот микроклимат, в котором живет ребенок дошкольного возраста. Это среда в которой он черпает необходимую информацию, развивается, воспитывается, образовывается и адаптируется к жизни общества. В любые времена педагоги работали с семьями воспитанников, ища поддержку и понимание, решая задачи воспитания всесторонней гармонически развитой личности. Организация взаимодействия с семьей в формировании основ здорового образа жизни – дело трудное, не имеющее готовых технологий и рецептов, успех которого определяется интуицией, инициативой и терпением педагога, его умением стать профессиональным помощником в семье.

Работая в данном направлении, можно сделать вывод: совместная работа педагога и родителей, поиск и использование различных оздоровительных технологий по укреплению здоровья и формированию основ здорового образа жизни у дошкольников дают свои результаты: дети учатся думать о своем здоровье, заботиться о нем, радоваться жизни.

**Цель:** Способствовать более успешному решению задач по формированию основ здорового образа жизни у дошкольников и их родителей, посредством внедрения современных оздоровительных технологий в систему физкультурно-оздоровительной работы.

**Задачи:**

* 1. Способствовать расширению уровня знаний, умений, путём: изучения литературы по теме оздоровительных технологий в физическом воспитании дошкольников, получения информации на педагогических интернет сайтах, участия в РМО, изучения литературы.
  2. Разработать план работы с детьми по проведению развлечений и занятий физкультурно-оздоровительной направленности с использованием оздоровительных технологий.
  3. Подготовить диагностику на начало и конец учебного года*,* определить уровень физических возможностей детей.
  4. Подготовить и провести консультацию для педагогов на тему «Двигательная активность дошкольников в режиме дня в рамках оздоровительно-игровых технологий», «Профессиональная компетентность педагога в области оздоровительных технологий в физическом воспитании детей»
  5. Выступление на педагогическом совете №2 по теме «Игровые способы закаливания дошкольников от 2 до 7 лет».
  6. Подготовить открытое занятие по теме «Палочка -выручалочка» для дошкольников от 6 до 7 лет, раскрывая игровые оздоровительные технологии на практике.
  7. Подготовить и провести мастер-класс для педагогов по теме «Степ-аэробика».
  8. Провести спортивное состязание «Папа, мама, я – спортивная семья» с активизацией игровых приемов и технологий оздоровительной направленности.
  9. Подготовить консультацию для педагогов и родителей на тему «Оздоровительные технологии для оздоровления дошкольников в летний период»

Ожидаемые результаты:

1. Снижение уровня межсезонного заболевания дошкольников.

2. Укрепление физического состояния детей и повышение уровня сопротивляемости детского организма.

3. Приобщение детей и родителей к основам здорового образа жизни, как важнейшей составляющей в режиме дня.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Формы работы** | | | |
| **Дети** | **Педагоги** | **Самообразование** | **Родители** |
| С  Е  Н  Т  Я  Б  Р  Ь | Занятие для старших дошкольников с игровыми оздоровительными технологиями  «Растишки – здоровишки»  Диагностика ФП и развития детей  (от 3 до 7 лет).  По методике В.Н.Зимониной | Подготовить консультацию «Двигательная активность дошкольников в режиме дня в рамках игровых оздоровительных технологий». | Чтение литературы В.Т.Кудрявцевой, Б.Б.Егорова «Развивающая педагогика оздоровления!  Участие во Всероссийском конкурсе, методические разработки  «Работаем по ФГОС» | Консультация  «Основы физического развития дошкольников»  Разработать модель взаимодействия и партнерства с родителями  Проект «Спортлоша» |
| О К Т Я Б Р Ь | Развлечение по теме «Вместе весело шагать» с использованием релаксационных  дыхательных гимнастик по Стрельниковой для детей (от 5 до 7 лет). | Анализ мониторинга физического развития детей. | Изучить методику дыхательных гимнастик Стрельниковой, Бутейко и эффективность их оздоровления. | Мастер - класс  «Растим малыша здоровым, играя». |
| Н О Я Б Р Ь | Развлечение с использование методик оздоровления: с водой, воздухом, самомассажем по методике В.Н.Зимониной «Доктор Айболит» | Слайдовая презентация по теме «Использование оздоровительно-игровых технологий по профилактике нарушения осанки у дошкольников, в режиме дня». | Изучить современные методические разработки М.Н.Кузнецовой  «Система мероприятий по оздоровлению детей» | Консультация «Использование нетрадиционных форм в основах здорового образа жизни в семье». |
| Д Е К А Б Р Ь | Развлечение «Зимние забавы» использование игровых методик В.Н.Зимониной. | Педагогическая беседа «Эффективные игровые методы и приемы оздоровления дошкольников в зимний период» | Подбор и изучение литературы по теме «Психология двигательной активности старших дошкольников» | Открытое оздоровительное занятие для часто болеющих и с ослабленным здоровьем дошкольников на тему «Стадион здоровья» |
| Я  Н  В  А  Р  Ь | Проведение оздоровительных игр для формирования правильной осанки, укрепления опорно-двигательного аппарата «Самолеты»,  «Елочки и пенечки», «Ровные спинки» | Презентация  «Традиционные и нетрадиционные методы и способы профилактики нарушения осанки у дошкольников» | Разработать краткосрочный проект «Мы красавицы» для девочек старшего дошкольного возраста с использованием элементов художественной гимнастики, как важного средства по профилактике нарушения осанки. | Соревнование  «Папа, мама, я – спортивная семья», в спортивном комплексе  п. Ваховск. |
| Ф  Е  В  Р  А  Л  Ь | Открытое занятие для родителей и педагогов интегрированной направленности «Мини – олимпиада – 2017» для дошкольников (от 6 до 7 лет)  Использование подвижных игр на физкультурных занятиях с элементами психотренинга  «Здравствуйте»,  (3 -5 лет)  «Хохотушки», (4-7лет) «Молчок»(4-7 лет | Консультация «Профессиональная компетентность педагога в области оздоровительных технологий, подходов в оздоровлении и физическом воспитании детей». | Изучить статью Дорониной Н.В. «Влияние полового диморфиза на физическую подготовленность старших дошкольников». | Физкультурный праздник с папами гендерного направления в физическом и патриотическом воспитании мальчиков «Будем в армии служить». |
| М  А  Р  Т | Развлечение «Если хочешь быть здоров», использование игр, эстафет, игровых упражнений оздоровительной направленности. | Предварительное разучивание русских народных игр на прогулке | Составление плана физкультурного развлечения, подбор оздоровительных методов и приемов. | Подготовка ролей по сценарию физкультурного развлечения  «Если хочешь быть здоров». |
| А  П  Р  Е  Л  Ь | Развлечение  «Проводы зимы» для дошкольников от 4 до 7 лет с родителями и с элементами фрироупа. | Консультация  «Фрироуп. Что это такое?» | Разработать технологии внедрения фрироупа –нового вида ДА на веревочных сооружениях в физкультурно-оздоровительные досуги и развлечения совместно с родителями и их детьми. | Консультация  «Фрироуп. Что это такое?» |
| М А Й | Диагностика ФП дошкольников от 3 до 7 лет.  Развлечение с использованием природных факторов среды по теме «Солнце воздух и вода – наши лучшие друзья» | Участие в проведении диагностики.  Подготовка к проведению мероприятия  Отчет о результатах учебного года. | Изучение основ степ -аэробики, как эффективного средства оздоровления дошкольников из опыта педагогов через интернет сообщения. | Консультация  «Оздоровительные технологии для оздоровления дошкольников в летний период». |

Литература:

1. «Учимся быть здоровым», сборник Роспечать, Москва, 2013г.

2. «Трансляция опыта физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками», В.Н. Зимонина , журнал «Инструктор по физкультуре», №4, Роспечать, Москва, 2013год.

3. «Театр физического развития и оздоровления дошкольников», Н.Ефименко, Москва, 2010г.

4. «Развивающая педагогика оздоровления», В.Т.Кудрявцев, Б.Б.Егоров, Москва, 2008г.

5. «Растим здоровыми», Л.Г. Голубева, Просвещение, 2010г.



**Цель:**

Повышение профессионально-образовательного уровня, знакомство с новыми игровыми технологиями и методиками, внедрение их в работе с детьми.

**Актуальность:**

В дошкольном детстве происходит формирование разных по структуре и характеру основных движений. Это такие движения, как ходьба, бег, подпрыгивание, перепрыгивание, ползание, которые не только широко применяются детьми в самостоятельной деятельности, в творческих играх, но являются неотъемлемым элементом содержания организованных подвижных игр, начиная с самого раннего возраста. Конечно, эти движения успешно усваиваются детьми в  подвижных играх.  Но в то же время игра не может служить средством обучения дошкольников более сложным по координации движениям, требующим определенной четкой техники, усиленной концентрации внимания, дополнительных волевых усилий.

Для дошкольников подвижные игры являются жизненной потребностью. С их помощью решаются самые разнообразные задачи: образовательные, воспитательные - и оздоровительные. В процессе игр создаются благоприятные условия для развития и совершенствования моторики детей, формирования нравственных качеств, а также привычек и навыков жизни в коллективе.

Детям дошкольного возраста выполнение игровых заданий доставляет большое удовольствие. Играя, ребенок упражняется в различных действиях. С помощью взрослых он овладевает новыми, более сложными движениями.

В дошкольном возрасте еще не выдвигается требование обязательного целенаправленного воспитания двигательных (физических) качеств. Однако меняющиеся игровые ситуации и правила игр заставляют маленького ребенка двигаться с большей скоростью, чтобы догнать кого-то, или быстрее спрятаться в заранее намеченное место (домик, гнездышко), чтобы не быть пойманным, ловко преодолеть элементарные препятствия (подлезть под веревку, рейку, не задевая за них, пробежать между кеглями, не свалив ни одной, обязательно добежать до определенного места и т. д.).

Многократное повторение этих действий требует от детей внимания, волевых и физических усилий, координации движений. Таким образом, уже в младшем дошкольном возрасте подвижные игры являются средством не только для развития движений, но и для воспитания таких качеств, как ловкость, быстрота, выносливость.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **«Инновационные игровые технологии в системе физического воспитания дошкольников»** | | | |
| **Месяц** | **Содержание работы** | **Форма работы** | **Практические результаты** |
| Сентябрь | 1. Современная методология обучения детей младшего  и среднего возраста.  2.Проведение диагностики физического развития детей. | 1.Подбор и изучение литературы.  2. Мониторинг физических возможностей. | 1. Консультация для воспитателей «Значимость подвижной игры для личностного и физического развития ребенка».  Развлечение для старших дошкольников «В мире подвижных и спортивных игр».  2. Консультация для родителей  " Развитие физических качеств детей с помощью спортивных игр и упражнений на воздухе."  3. Анализ результатов диагностики. |
| Октябрь | 1. Активизация двигательной деятельности детей посредством игр с элементами спорта.  2. Воздействие игр с элементами спорта на развитие двигательных способностей детей дошкольного возраста.  3.Спортивное развлечение"В поисках пиратского клада." | 1. Подбор и изучение литературы по теме.  2. Подготовка  к выступлению на педагогическом совете.  3. Разработка сценария спортивного развлечения. | 1.  Презентация "Игровые технологии в физическом воспитании детей дошкольного возраста."  2.Выступление - показ спортивного развлечения "В поисках пиратского клада"на районном МО  инструкторов  по физической культуре.  3.Консультация для родителей "Как заинтересовать ребенка активными играми." |
| Ноябрь | 1. Анкетирование родителей на тему  "Какое место занимает физкультура в вашей семье?"  « Доступность массового  спорта».  2. Проект «Семейный стадион». | 1.Разработать анкету для родителей.  2. Создать папку-передвижку для родителей. | 1. Анализ результатов анкетирования.  2.Консультация для воспитателей "Подготовка спортивных развлечения для детей и родителей"  2. Консультация для родителей «Совместные занятия с детьми спортом». |
| Декабрь | 1. Современные модели игровой деятельности в физкультурно-оздоровительной деятельности.  2. «Веселые старты»  3. Роль физкультминутки в физическом развитии и оздоровлении дошкольников. | 1. Подбор и изучение литературы по теме.  2. Разработка сценария спортивного праздника «Веселые старты».  3. Составление базового комплекса «Гимнастика пробуждения». | 1. Консультации для воспитателей «Гимнастика пробуждения».    2.Спортивный  праздник «Веселые старты».    3.Консультация для родителей «Развиваемся играя». |
| Январь | 1. Условия, способствующие реализации потребности детей в движении.  2. Тема развлечения "Мы мороза не боимся" с родителями. | 1. Подбор и изучение литературы. Написать сообщение по теме «Зимние виды спорта»,  2. Оформить папку-передвижку по теме «Зимние виды спорта».  Подготовка по сценарию к спортивному развлечению «Мы мороза не боимся». | 1. Обучающий семинар для воспитателей по теме «Обучение детей катанию на коньках и лыжах».  2. Спортивный праздник «Мы мороза не боимся». |
| Февраль | 1. Физкультурно-спортивные игры, эстафеты на прогулке.  2. Тема "23 февраля"-спортивно -развлекательное мероприятие совместно с родителями. | 1. Подбор и изучение интернет – ресурсов.  2. Подготовка  сценария спортивно-музыкального развлечения «Курс молодого бойца». | 1. Папка-передвижка для родителей «Снежные забавы с детьми».  Консультация для воспитателей "Подвижные народные  игры на свежем воздухе"  2. Спортивно-музыкальное развлечение для детей  и родителей "Курс молодого бойца" |
| Март | 1. «Использование фольклора в физкультурно-оздоровительной работе».  2. Народное творчество и  семейные традиции | 1.Изучить публикации, используя интернет-ресурсы, решить вопрос по теме на форуме коллег. Составить конспект.   2. Разработка сценария фольклорно-спортивного развлечения "Масленица". | 1. Выступление на педагогическом совещании с теоретическим сообщением по изученной теме.  «Русские народные игры с использованием фольклора»  2.Спортивное развлечение с использованием элементов фольклора . Праздник «Масленица», для детей и родителей  Консультация для родителей "Народные подвижные игры" |
| Апрель | 1. Основные положения и методики проведения спортивных упражнений для дошкольников.  2.Анализ работы детского сада по укреплению здоровья детей.  3. Комплексная физкультура для дошкольников. | 1. Подбор и изучение литературы по теме.  2.Создание картотеки подвижных игр.  Анкетирование родителей «Физическая культура в семье»  3."Физкультминутки и динамические паузы " - составление базовых комплексов. | 1. Презентация "Игровые технологии в физическом воспитании детей дошкольного возраста" на педагогическом совете ДОУ.  2. Обработка результатов анкетирования родителей.  3. Итоговое выступление на родительском собрании по результатам анкетирования. |
| Май | 1.Спортивные игры для дошкольников в летний период.  2. Современные модели игровой деятельности в физкультурно-оздоровительной деятельности  3. Доступность детского спорта | Рекомендации родителям по теме в форме диалога, вручения буклетов, консультаций.  Составление сценария спортивного праздника «Малые летние Олимпиады»  Фотовыставка в ДОУ, в спортивном уголке. | Развлечение для старших дошкольников и родителей «Малые летние Олимпиады». |

**Литература**

1. Л.Волошина «Играйте на здоровье!» (технологии)

2. «Копилка игр Сибирячка»  Иркутск, «Сибирячок»

3. М.Литвинова «Русские народные подвижные игры» М, Просвещение,

4. В.Кузнецов «Физические упражнения и подвижные игры» М, НЦ ЭНАС

5. О.Козырева «Оздоровительно-развивающие игры для дошкольников», М, Прсвещение, 2010г.

6. М.Ю. Картушина «Сценарии оздоровительных досугов для детей 6 – 7 лет»,М, Творческий центр,2004г.

7. Л.Волошина «Игры с элементами спорта для детей 5-7 лет», М, 2004г.

8. Е.А. Бабенкова, Т.М.Праничева «Подвижные игры на прогулке» , М, Творческий центр, 2012г.



**Цель:**

Совершенствование комплексной системы физкультурно-оздоровительной работы с дошкольниками, направленной на укрепление, сохранение здоровья детей посредством физических упражнений и двигательной активности в условиях ФГОС.

**Задачи:**

1.Формирование ценностей основ здорового образа жизни у дошкольников и их родителей.

2. Сохранение и укрепление здоровья детей, посредством физических упражнений, разнообразной двигательной активности в условиях внедрения ФГОС.

3.Создание качественных условий для целевой реализации ФГОС.

4.Воспитание потребности в здоровом образе жизни у дошкольников и их родителей. Приобщение детей к культуре и быту коренных народов ХМАО – Югры ханты и ненцы.

**Ожидаемые результаты:**

1. Создание образцовой образовательно-развивающей среды.

2. Повышение индекса здоровья дошкольников.

3. Отношения дошкольников и их родителей к здоровому образу жизни как основе.

4. Повышение физических возможностей дошкольников.

**Актуальность.** В России осуществляется радикальная реформа системы образования и всех ее институтов, включая дошкольное образование. Реформа осуществляется путем изменения нормативно – правовой базы управления образования, вслед за этим производятся изменения в системе образования России. Вводятся новые стандарты на федеральном уровне (ФГОС), Приказ Минобрнауки России от 17.10.2013 №1155 «Об утверждении федерального государственного стандарта дошкольного образования», которые предоставляют возможности каждому ребенку раскрыть свой потенциал и подготовится к новым этапам жизни в высокотехнологичном, конкурентном мире. Происходит качественное изменение в системе дошкольного образования. Залог успешности остается в решении приоритетных первостепенных задач:

1.Воспитание здорового интеллектуально развитого, морально здорового поколения, способного достойно решать поставленные задачи на всех последующих этапах жизни с помощью использования здоровьесберегающих технологий в образовании, применения индивидуального подхода к каждому ребенку.

2.Обеспечение равных возможностей для полноценного развития каждого ребенка в период дошкольного детства независимо от места проживания, нации, пола, языка, социального статуса.

3.Охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе и их эмоционального благополучия.

4.Объединение обучения, воспитания и развития в целостный образовательный процесс на основе духовно-нравственных и социокультурных ценностей, принятых в обществе правил и норм поведения в интересах ребенка, семьи, общества.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **«Физкультурно-оздоровительная работав ДОУ в условиях ФГОС»** | | | |
| **Сроки проведения** | **Выбор темы** | **Содержание деятельности** | **Формы работы и практические результаты** |
| Сентябрь | Физическое развитие при организации всех видов детской деятельности в условиях ФГОС. | Изучение литературы и новых педагогических методов, форм работы педагогов через интернет сети.  Составление совместно с педагогами технологической карты  «Варианты оздоровительной двигательной деятельности детей в течении дня в условиях ФГОС» | Внедрение новых педагогических методов в физкультурные минутки, динамические паузы, дидактические игры с элементами движения, подвижные игры.  Использование методик  Л.И. Пензуляевойи Л.Д Глазыриной. |
| Октябрь | Организация системной комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья дошкольников | Изучение статьи кандидата педагогических наук Бабенковой Е.А.  Консультация для педагогов по теме «Организация системной комплексной работы по сохранению и укреплению здоровья дошкольников». | Рациональная организация оздоровительной физической культуры.  Оснащение физкультурного зала и игровых площадок, оснащение оздоровительным оборудованием и результативное применение оборудования в физическом развитии дошкольников. |
| Ноябрь | Технологии физкультурного образования дошкольников в условиях ФГОС | Изучение статьи Богадирова С.К. «Инновационные технологии в физическом воспитании».  Разработка методов взаимодействия с педагогами и сотрудничества с семьей в вопросах физического воспитания дошкольников в режиме дня в ДОУ и в семье в условиях ФГОС. | Занятие по физическому развитию для старших дошкольников совместно с родителями «Маленький дом большого здоровья». |
| Декабрь | Взаимосвязь физического развития с другими образовательными областями | Изучение и внедрении в образовательный процесс методик по физической культуре для дошкольников авторов Л.И. Пензуляева и Л.Д Глазырина | Проведение физкультурного развлечения «Мы сами с усами» с элементами интеграции в другие образовательные области |
| Январь | Двигательная активность детей на свежем воздухе зимой в условиях Севера | Изучение традиций основ быта жизни и национальных подвижных игр на свежем воздухе в зимний период, в частности народов ханты и манси через источники литературы, методические пособия, опыт общения.  Подбор материала по теме для слайдовой презентации «Игры народов ханты и манси»  Изучение материала из пособия для национальной школы книги «Игры ваховских, аганских хантов и лесных ненцев» автора В.И.Прокопенко | Проведение национальных игр на свежем воздухе:  «Ловля оленей»,  «Оленья упряжка»,  «Метание аркана на хорей»,  «Метание тынзяна» «Охота на медведя» |
| Февраль | Воспитание патриотических чувств : уважения, гордости, любви к Родине, Военным силам России посредством спортивно-развлекательных мероприятий | Отбор материала по теме в интернет сетях, специальной литературе, методических разработках. Составление сценария спортивного праздника, посвященного 23 февраля «Будем Родине служить!» совместно с родителями и педагогами. | Проведение спортивно-патриотического праздника «Будем Родине служить!» с участием родителей.  Фото выставка.  Составление буклетов на военную тему.  Организация выставки фото героев нашего района в ДОУ.  Обсуждение мероприятия на педагогическом совете. |
| Март | Традиции и инновации в физическом воспитании и развитии дошкольников | Изучение статьи кандидата педагогических наук Карягина Н.В. «Традиции и инновации в физическом воспитании детей».  Подбор материала к показу слайдовой презентации по теме «Инновационные подходы в физическом воспитании дошкольников» | Консультация для родителей «Сохранение и укрепление здоровья детей в современных условиях жизни»  Контроль инноваций.  Демонстрация педагогам слайдовой презентации «Инновационные подходы в физическом воспитании дошкольников»  Спортивный праздник «Зимушка – зима» |
| Апрель | Информационная компетентность дошкольников и их родителей в основах здорового образа жизни | Разработка анкеты для родителей по теме основ здорового образа жизни в семье.  Изучение традиций и основ здорового образа жизни в семьях воспитанников.  Изучение литературы и подбор видов двигательной и интеллектуальной деятельности детей и их родителей на спортивном мероприятии «Папа, мама, я – спортивная семья!» | Анкетирование родителей по теме «Основы здорового образа жизни в вашей семье»  Создание папки передвижки «Я здоровье сберегу, сам себе я помогу»  Проведение спортивного праздника «Папа, мама, я - спортивная семья!» |
| Май | Результаты проделанной физкультурно-оздоровительной работы за год в условиях ФГОС . | Подготовка отчета о проведенной работе на педагогическом совете.  Подготовка отчета о проделанной работе на родительском собрании. | Отчет в форме слайдовой презентации на педагогическом совете и родительском собрании. |

Литература:

1.Л.И.Пензуляева «Физическая культура в детском саду», Мозаика – Синтез Москва, 2014г.

2. В.И. Прокопенко «Игры ваховских, аганских и лесных ненцев», пособие для национальных школ, Екатеринбург, 1997г.

3. Н.В. Корягин «Традиции и инновации в физическом воспитании детей», журнал «Инструктор по физкультуре» №3, 2013 г.

4. С.К. Богодирова «Инновационные технологии в физическом воспитании», журнал «Инструктор по физкультуре»

№ 3, 2013 г.

5. Л.И. Пензуляева «Физическая культура в ДОУ» (ФГОС), М. 2015г.