**Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад «Берёзка» комбинированного вида .**

**План по самообразованию инструктора по физической культуре Емельяновой Лилии Алексеевны**

**на 2019– 2022 г.г.**

**по теме:**

***«Использование здоровьесберегающих технологий на занятиях физической культуры*»**

.

Купино 2019г.

**Цель педагогической деятельности:**

**«Забота о человеческом здоровье, тем более здоровье ребенка - … это, прежде всего, забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества».  
 В.А.Сухомлинский.**

**Введение.**

Самообразование есть необходимое условие профессиональной деятельности педагога. Общество всегда  предъявляло, и будет предъявлять к педагогу самые высокие  требования. Для   того, чтобы учить других,  нужно знать больше, чем все остальные. Педагог должен учиться всему постоянно, потому что в лицах его учеников перед ним каждый год сменяются временные этапы, углубляются и   даже меняются представления об окружающем мире. Способность к самообразованию определяется психологическими и интеллектуальными показателями каждого педагога , но не в меньшей степени эта способность вырабатывается в процессе работы с источниками информации, анализа и самоанализа, мониторинга своей деятельности.

Решая задачи физкультурно-оздоровительного образования, ориентирую свою деятельность на такие важные компоненты, как формирование цен­ностных ориентацией на изучение вопросов здоровья и здорового образа жизни, воспита­ние потребности к систематической целенаправленной двигательной активности.

Здоровье – необходимое условие для гармоничного развития личности. И, если недостаток образования можно восполнить, то подорванное здоровье восстановить значительно труднее, а нарушенное в детском возрасте – зачастую уже невозможно.

Необходимо, чтобы воспитанник осознавал себя как ценность и ценность здоровья для собственной жизни, для взаимодействия с другими людьми. Стараюсь научить детей воспринимать свою жизнь и здоровье как ценность, дарованную нам. Поэтому очень важно организовать обучение и воспитание таким образом, чтобы детский способствовала укреплению и сохранению психического и физиологического здоровья учащихся.

На современном этапе немаловажное значение имеет организация и оценка здоровьесберегающей деятельности школы. Здоровье ребёнка, его физическое и психическое развитие, социально – психологическая адаптация определяется в значительной степени условиями жизни в школе. У многих детей времени, свободного от школы просто нет. Именно поэтому в школе проводится комплексная здоровьесберегающая работа.

Главным компонентом, определяющим здоровьесберегающий потенциал школы, является адекватность форм и методов обучения, их соответствие возрастным и индивидуальным особенностям детей, обязательные физкультурно – оздоровительные мероприятия.

**Актуальность темы.**

В настоящее время проблема здоровья и его сохранения является одной из самых актуальных. Перед детским садом остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей. Известно, что здоровье только на 7-8% зависит от здравоохранения и более чем на половину – от образа жизни человека. Забота о здоровом образе жизни - это основа физического и нравственного здоровья, а обеспечить укрепление здоровья можно только путем комплексного решения педагогических, медицинских и социальных вопросов. Понятие “здоровьесберегающие технологии” прочно вошло в образовательную систему, начиная с дошкольных образовательных учреждений.

Одной из главных задач дошкольного учреждения является – создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья воспитанников. Ведь здоровье человека – проблема достаточно актуальная для всех времен и народов, а в настоящее время она становится первостепенной. Актуальность темы здорового образа жизни подтверждают и статистические показатели. Воспитание уважительного отношения к здоровью необходимо начинать с раннего детства. По мнению специалистов, 75% всех болезней человека заложено в детские годы. И педагог может сделать для здоровья воспитанника не меньше, чем врач. Воспитатель должен обучаться психолого-педагогическим технологиям, позволяющим ему самому работать так, чтобы не наносить ущерба здоровью своим воспитанникам на занятиях. Образовательная среда должна быть здоровьесберегающей . Понятие “здоровьесберегающие технологии” как раз и интегрирует все направления работы дошкольного учреждения по сохранению, формированию и укреплению здоровья детей дошкольного возраста.

**План самообразования.**

**1.Цель:** Повышение  профессиональной  подготовленности в области здоровьесберегающих технологий на занятиях оздоровительной физической культуры, повышение  эффективности  обучения  физической  культуры.

**2.Задачи:**

2.1. Формировать интерес воспитанников к занятиям физической культурой через формирования базы знаний об особенностях физического развития, оздоровительных систем, прививать умение каждому ребёнку сохранять своё здоровье средствами физической культуры и факторами закаливания.

2.2. Организовать учебно-воспитательную работу с воспитанниками на уровне современных психолого-педагогических, медико-биологических, дидактических и методических требований;

2.3. Выбирать и творчески применять методы, средства и организационные формы учебной, воспитательной, физкультурно-оздоровительной и других видов деятельности учащихся;

2.4. Формировать знания, умения и навыки, необходимые воспитанникам для самостоятельного использования средств физической культуры посредством как практических, так и теоретических занятий.

**3.Этапы  работы:**

**1  этап (практический)**

**2  этап (практико-внедренческий)**

**3  этап (обобщающий)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Основные  направления** | **Содержание самообразования** |
| **1.Профессиональное** | 1.Постоянно  знакомиться  с  современными  исследованиями  ученых  в  области преподавания  предмета  «Физическая культура».  2.Знакомиться  с  новыми  примерными  и  авторскими  программами  по физической  культуре, концепциями  обучения, их  оценками.  3.Изучать  новую  литературу  по  физической  культуре  и  методик преподавания.  4.Принимать  участие  в  научно-практических  конференциях.  5. Участвовать  в  обмене  опытом.  6.Периодически  проводить  самоанализ  своей  профессиональной  деятельности.  7.Проводить  открытые  уроки  для  анализа  со  стороны  коллег.  8.Систематически  просматривать  спортивные  телепередачи.  9.Посещать  семинары, конференции, организованные  на  разных  уровнях.  10.Участвовать в окружных, областных, региональных, Всероссийских конкурсах. |
| **2. Психолого-педагогическое** | 1.Совершенствовать  свои  знания  в  области  классической  и  сов-  ременной психологии  и  педагогики.  Изучать  современные  психологические  методики. |
| **3. Методическое** | 1.Знакомиться  с  новыми  педагогическими  технологиями, формами, методами  и приемами  обучения  через  предметные  издания:    - «Дошкольное воспитание»    - «Инструктор по физической культуре»  2.Изучать  прогрессивный  опыт  коллег  по  организации  различных  форм занятий  физической  культуры.  3.Изучать  научнометодическую  и  учебную  литературу.  4.Разрабатывать  разные  формы  занятий.  5.Создавать  занятия с  применение информационных      технологий. |
| **4. ИКТ** | 1.Совершенствовать навыков  работы  на  компьютере.  2.Периодически проводить обзор  в  Интернете  информации  по  физической культуре, психологии, педагогике, педагогическим  технологиям.  3.Изучать информационно-компьютерные  технологии  и внедрять  их  воспитательный   процесс.  4.Разрабатывать занятий с применением ИКТ. Формировать копилку методических материалов . |
| **6. Охрана**  **здоровья** | 1.Внедрять  в  образовательный  процесс  здоровьесберегающие  технологии . |

**Ожидаемые результаты**

* Совершенствование своего профессионального уровня
* Повышение   качества занятий по физической культуре
* Формирование комплекта  дидактических материалов.
* Формирование    занятий и мероприятий с применением ИКТ.
* Совершенствовать знания педагогов по подготовке детей и проведения занятий по физической культуре
* Повышение родительской компетентности в области физической культуры, здорового образа жизни.

**Полученные результаты**

Совершенствование своего профессионального уровня

У детей:

- сформированность основ здорового образа жизни, полезных привычек;

-осознание своей жизни в определённом социуме, защита, эмоциональный комфорт;

У педагогов:

- осознание необходимости создания таких условий для развития детей, которые помогут им, расти здоровыми и гармонично развитыми;

У родителей:

- необходимый запас знаний, которые помогут в вопросах – что, как, когда и почему надо делать с ребёнком, чтобы обеспечить его здоровье и полноценное развитие.

**5.Форма  отчета  о  проделанной  работе:**

1.Обобщение опыта  работы  на  уровне МКДОУ.

* Консультация для воспитателей «Взаимодействие инструктора по физкультуре с педагогами ДОУ по вопросам физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья детей»

2.Консультации для родителей:

* «Значение и организация утренней гимнастики в семье»;
* «Народные подвижные игры»

**Структура внедрения здоровьесберегающих методик и технологий.**

|  |
| --- |
| Ознакомление с теоретическими основами  методики, технологии |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Определение оздоровительной направленности и значимости для ребенка |  | Педагогико-медецинская оценка эффективности и прогноз результативности |

|  |
| --- |
| Изучение мнения родителей и получение семейной поддержки |

|  |
| --- |
| Создание условий и оформление необходимого материала |

|  |
| --- |
| Включение методики  в педагогический процесс |

|  |
| --- |
| Анализ результатов использования |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Мониторинг детей |  | Спец. опрос  родителей, педагогов |

|  |
| --- |
| Показ результатов |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Открытые мероприятия |  | Выступления |  | Наглядный материал |

|  |
| --- |
| Выводы и предложения |

Литература:

1.«Дошкольное воспитание», научно-методический журнал; ООО Издательский дом «Воспитание дошкольника», Москва.

2.Картушина М. Ю. «Быть здоровыми хотим». – М.: ТЦ Сфера, 2004 (программа развития).

3.Иова Е. П. «Утренняя гимнастика». – М.: Просвещение.

4.Шорыгина Т. А. «Беседы о здоровье» (методическое пособие). – М.: ТЦ Сфера, 2009.