**Индивидуальная образовательная программа**

**учителя физической культуры МБОУ Абанская СОШ №4**

**Устина В.В.**

Тема: «Подвижные игры как средство развития физических качеств на уроках физической культуры».

**Цель:**Повышение  профессиональной  подготовленности в области знания подвижных игр как средств развития физических качеств на уроках физической культуры, и,  как  следствие, повышение эффективности  обучения физической  культуре.

**Задачи:**

1.   Формировать интерес учащихся к занятиям физической культурой через игровую деятельность, подвижные игры.

2.  Формировать интерес учащихся к занятиям физической культурой через знания об особенностях физического развития, оздоровительных систем, прививать умение каждому ребёнку сохранять своё здоровье средствами физической культуры.

3.   Выбирать и применять подвижные игры  на уроках физической культуры для развития тех или иных двигательных качеств.

4.   Формировать знания, умения и навыки, необходимые учащимся для самостоятельного использования средств развития  физической культуры посредством игровой деятельности на уроках. **Этапы  работы:**

1  этап (практический)                                   2012-2013 учебный год

2  этап (практико-внедренческий)       2013-2014 учебный год

3  этап (обобщающий)                                      2014 – 2015 учебный год

**Содержание**

**1.Профессиональное:**

1.     Пополнять методическую копилку новыми разработками.

2.    Изучать  новую методику преподавания и литературу  по  физической  культуре.

3.     Своевременно  повышать  квалификацию  на  курсах  для  учителей

4.     физической  культуры.

5.     Принимать  участие  в конкурсах и проектах различных  уровней.

6.     Проводить  самоанализ  своей  профессиональной  деятельности.

7.     Проводить  открытые  уроки и бывать на уроках коллег .

8.     Разнообразить внеклассную  деятельность подвижными играми.

9.     Интересоваться спортивными новостями и достижениями спортсменов в СМИ.

10.                       Участвовать  в  обмене  опытом.

**2. Психолого-педагогическое:**

1.Изучать  современные  психологические  методики.

**3. Методическое:**

1. Знакомиться  с  новыми  педагогическими  технологиями, формами, методами  и приемами  обучения.

2. Следить за  опытом  коллег  по  организации  различных  форм уроков

  физической  культуры.

3. Изучать  научно-методическую  и  учебную  литературу.

4. Продолжать разрабатывать  разные  формы  уроков, внеклассных  мероприятий, учебных материалов.

5. Создавать интересные презентации к урокам на все темы.

6.  Продолжать работать над пополнением методической копилки.

**4. Эстетическое:**

     1.  Поддерживать  себя в хорошей физической форме.  
     2.  Быть примером учащимся в ведении здорового образа жизни.  
     3.  Быть внешне опрятной и привлекательной.

**5. ИКТ**:

1. Совершенствовать навыки  работы  на  компьютере.

2. Продвигать свой сайт по улучшению и пополнению банка идей.

3. Продолжать изучать  информационно-компьютерные  технологии  и  внедрять  их  в учебный  процесс.

4. Разрабатывать  уроки с применением ИКТ.

5. Быть активной в обмене опытом с коллегами в сети интернет.

**6. Охрана  здоровья:**

1.Обновлять  инструкции  по  ТБ.

2. Продолжать волонтерскую работу с молодежью " Мы за ЗОЖ"

3. Активно принимать участие в спортивных мероприятиях.

**Предполагаемый  результат:**

1.     Повышение  качественной успеваемости по предмету «Физическая культура».

2.     Большая заинтересованность в предмете "Физическая культура" у учащихся.

3.     Повышение эффективности обучения предмету "Физическая культура"

4.     Увеличение  разработок  уроков  и спортивных мероприятий с применением ИКТ.

5.     Повышение профессиональной подготовленности в области знания подвижных игр

**Форма Отчета:**

1.     Обобщение опыта  работы  на  уровне  школы.

2.     Выступление  по  обмену  опытом  на методическом объединении с презентацией результатов работы.

3.     Представление  администрации  школы  отчета  с  анализом, выводами  и  рекомендациями  для  других  учителей.