Индивидуальный план повышения профессионального уровня

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение

Детский сад комбинированного вида №181 «Маленькая страна»

Республики Татарстан, город Казань

Индивидуальный план повышения профессионального уровня

**«Использование оздоровительной, корригирующей гимнастики**

**в режиме двигательной активности детей в дошкольном учреждении».**

на 2015-2020 год.

Составила: Софьина Полина Анатольевна.

инструктор по физической культуре

Казань 2015год.

**Цель:**

Улучшение контроля за физическим развитием каждого ребёнка с учётом возрастных и физических особенностей, связанных с нарушением осанки и заболеванием опорно-двигательного аппарата. Укрепление здоровья детей и совершенствование их физического развития.

**Задачи:**

- особое внимание уделить физкультурно-оздоровительной работе с детьми, что является одной из главных задач дошкольного образования;

- содействовать коррекции и профилактики заболеваний опорно-двигательного аппарата;

- исправить недостатки физического развития посредством коррекционных упражнений;

- формулировать системы элементарных знаний о здоровом образе жизни;

- создать благоприятные условия для оздоровления своего организма, развивать волевые качества.

**Перечень вопросов по самообразованию:**

|  |  |
| --- | --- |
| Изучение научно-методической литературы по оздоровительной работе в ДОУ | 2015 год |
| Знакомство с диагностическим инструментарием | 2015 год |
| Введение в практику оздоровительной, корригирующей гимнастики | 2015-2020 |
| Разработка консультаций для педагогов, родителей | 2015-2020 |

**Предполагаемый результат:**

* Повышение качества обучения через повышение качества занятий.

**Форма отчёта по проделанной работе:**

1. Сообщение на заседании МО инструкторов по физической культуре.
2. Показ применения оздоровительной и корригирующей гимнастики на открытых занятиях.
3. Оформление результатов в виде реферата.

**Этапы работы над темой самообразования**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | ***Диагностический***  ***2015-2017год*** | 1. Анализ профессиональных затруднений.  2. Определение целей и задач темы.  3. Составление плана работы по выбранной теме самообразования.  4.Курсы повышения  квалификации инструкторов по физической культуре.  5.Подписка на профессиональное издание журнала  «Физкультура и спорт», «Лечебная физкультура и спортивная медицина»  6.Изучение методической, педагогической и психологической  литературы. |  |
| ***Прогностический***  ***2016-2019год*** | 1. Выступление с отчетом по итогам реализации практического этапа на МО инструкторов по физической культуре.  2. Участие в научно - практической конференции.  3. Изучение опыта работы воспитателей  по выбранной теме.  4.Систематизация  материалов методической, педагогической и психологической литературы по теме.  5 .Корректировка работы |
|  | ***Практический***  ***2016-2020год*** | 1. Открытые занятия внутри ДОУ.  2. Участие в конкурсах, конференциях.  3. Посещение занятий других воспитателей внутри ДОУ.  4. Посещение семинаров.  5. Самоанализ и самооценка своих занятий. |
| ***Обобщающий***  ***2019-2020год.*** | 1.Анализ методов, форм, способов деятельности по теме самообразования.   Подведение итогов.  2.Открытые занятия на  муниципальном уровне.  3. Выступление на заседании МО инструкторов по физической культуре по теме:  «Использование оздоровительной, корригирующей гимнастики в режиме двигательной активности детей в дошкольном учреждении».  4.Участие и результаты на районных олимпиадах, конкурсах, конференциях.  5.Консультативная помощь воспитателям и воспитанникам.  6.Оформление результатов работы. |

**Содержание работы над темой самообразования**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Направление | 2015-2017  Учебный год | 2017-2019  Учебный год | 2019-2020  Учебный год |
| Программно-методическое обеспечение | Приобретение:  - Оздоровительная работа в ДОУ (нормативно-правовые документы)  - Методических пособий: «Растём здоровыми и крепкими» Л.Н.Пензулаева.  «Оздоровление и совершенствование организма детей через подвижные игры» М.С.Горбатова  «Комплекс лечебной гимнастики для детей 5-7 лет» Е.И.Подольская | - приобретение книг для домашнего оздоровления детей  «Игры которые лечат для детей от 3 до 5 лет» Е.А.Бабанкова.  -Зимние физкультурные праздники для детей дошкольников» Н.А. Силюк.  «Оздоровительная гимнастика Л.И. Пензулаева.  «Праздник здоровья для детей 4-5 лет»М.Ю.Картушина | -Приобретение новых изданий по работе с детьми  -выпуск памяток:  «Закаляем детей в домашних условиях»  -«О правильной осанке»  -«Точечный массаж в игровой форме»  -«Подвижные игры» |
| Приобретение аудиозаписей; подготовка слайдовых презентаций «Закаливание», «Точечный массаж», «Пальчиковая гимнастика» | | |
| Материально-техническая база | -Обновление физкультурных уголков в группе (картотека подвижных игр, атрибуты для игр-соревнований, нетрадиционное оборудование для оздоровления детей (корригирующие дорожки, массажные мячи)  - Закупка спортивного инвентаря: лыжи, дуги, скакалки, тренажёры. | Создание предметно-развивающей среды в спортивном зале | Пополнение имеющихся уголков спортивным инвентарём |
| Взаимодействие с детьми | -диагностика детей  -организовать кружок корригирующей гимнастики для детей с элементами хатха йоги «Здравики» | кружок корригирующей гимнастики для детей с элементами хатха йоги «Здравики» | -обобщающие занятия  -праздники  -развлечения  -диагностика детей |
| -Тематические праздники: «День здоровья», «День подвижной игры»  -Беседы с детьми «Здоровые ножки», «Королевская осанка»  -Спортивные праздники и развлечения «Весёлые старты», «Мама, папа, я – спортивная семья» | | |
| Взаимодействие с родителями | -приобщение родителей к подготовке занятий, спортивных праздников, изготовление спортивного оборудования. | -Организовать клуб для родителей «Здоровей-ка» | Клуб для родителей «Здоровей-ка»  Физкультурно-оздоровительные мероприятия, которые постоянно оптимизируются. |
|  | - Наглядная информация в уголке для родителей: «Физкультура с элементами йоги», «Весёлый мяч», «Растим здорового ребёнка»  -Родительские собрания  -Организация «Дней открытых дверей», семинаров-практикумов  -Проведение консультаций по оздоровление детского организма:  «Ходьба для здоровья», «Дыхательная гимнастика – профилактика заболеваний» | | |
| Взаимодействие с педагогами | Коррекционно-оздоровительный цикл | -День открытых дверей  Открытое занятие «Помоги своему позвоночнику», «Наши здоровые ножки» | Выступление на педагогическом совете «Обобщение опыта работы по инновационной теме» |
| Консультации и семинары:  «Азбука дыхания», «Волшебные классики», «Что такое осанка и как распознать её нарушение» | | |
| Осуществление связей в социуме | Осуществление связей в социуме города:  -Со школой  -Со спортивной детской школой | | |