**Индивидуальный план повышения профессионального уровня**

инструктора по ФК муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения «Детский сад комбинированного вида с группами для детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата №87»

**Семеновой Ирины Вячеславовны**

**Тема: «Формирование основ ЗОЖ у дошкольников»**

**Актуальность:**   Жизнь в 21веке ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья, воспитание привычки к здоровому образу жизни. Наше будущее-это наши дети. Наша Родина только тогда будет сильной, процветающей и конкурентно – способной страной, когда будет здоровым её подрастающее поколение.  Нет задачи важнее и вместе с тем сложнее, чем вырастить здорового человека. А чтобы понять всю многогранность этой проблемы, необходимо уточнить, что такое здоровье.  «Здоровье—это состояние полного физического, психического, социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов». Выпадение хоть одной из этих структурных частей приводит к утрате целого.

**Цель:** Повышение профессиональной квалификации по вопросу формирования основ ЗОЖ у дошкольников,   разработка определённой системы по формированию у детей  здорового образа жизни и применение этой системы совместно с родителями в воспитательно-образоватеьном процессе ДОУ и в семейном воспитании.

**Задачи:**

1.Изучение учебной, справочной, научно-методической литературы по вопросам формирования основ ЗОЖ у дошкольников.

2.Определение эффективных технологий, форм, методов и приёмов работы по формированию у детей основ ЗОЖ.

3.Совершенствование предметно—развивающей среды, способствующей развитию инициативы самостоятельности, активности и реализации интересов детей в разных видах деятельности.

4.Практическая апробация новых методов и приёмов по формированию ЗОЖ у детей.

Обобщение практического опыта.

5. Распространение опыта среди коллег.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Учебный год | Формы работы | Срок реализации |
| **2014-2015** | ***Подбор и изучение литературы по теме.***  1.Здоровый образ жизни «Я и мое здоровье» (программа занятий, упражнений и дидактических игр), автор Т.А.Тарасова, Л.С.Власова; Москва 2008г.  2. Методическое пособие «Приобщаем дошкольников к здоровому образу жизни» - Москва 2012г.  3. «Физическое развитие и здоровье детей 3-7 лет», автор С.С.Прищепа, Москва 2009г.  4. Система оздоровления дошкольников «Здоровячок», авторы Т.С.Никонорова, Е.М. Сергиенко, Воронеж 2007г.  5. Учебно-методическое пособие по программе «Детство» (танцевально-игровая гимнастика для детей) «СА-ФИ-ДАНСЕ», Санкт-Петербург 2001г.  6. Научно методический журнал «Инструктор по физкультуре» 2010г.  7. Пособие для педагогов ДОУ «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников», Москва 2010..  8. «Тематические физкультурные занятия и праздники в дошкольном учреждении», автор А.П.Щербак.  9. «Воспитание основ здорового образа жизни у малышей», авторы Н.С.Голицына, И.М. Шумова.  10. Программа «Здоровый малыш» под редакцией З.И. Бересневой, Сфера, 2004;  **Подбор**  **дидактических игр и упражнений.**  **Приобретение пособий**  **Разработка перспективного плана работы с детьми.** | Май- сентябрь 2014  Сентябрь- ноябрь 2014г.  В течение года  Июль 2015 года |
| **2015-2016** | ***Подготовка материала для проведения диагностики на начало и конец учебного года.***  **Подбор и разработка материалов для проведения диагностики по формированию ЗОЖ .**  **Проведение диагностики детей по с целью выявления уровня сформированности навыков и умений.**  **Обработка результатов диагностики**  **Ознакомление родителей с результатами диагностики для дальнейшей совместной работы**  **Составление коррекционной работы с детьми .**  **Практическая деятельность:**  – взаимопосещение;  – обмен опытом;  – открытые просмотры;    **Участие в региональных семинарах – практикумах.** | Сентябрь 2015года  Октябрь- ноябрь 2015г.  Декабрь 2015г.  Январь 2016 г.  В течение года  В течение года |
| **2016-2017** | ***Определение эффективных технологий, форм, методов и приёмов работы по формированию у детей основ ЗОЖ.***  **Просмотры ООД в группах, прогулок, режимных моментов с целью анализа эффективности применяемых приемов оздоровления и профилактики заболеваний.**  **Открытый показ организованной образовательной деятельности.**  **Проведение «Круглого стола» с воспитателями с целью обсуждения эффективности применяемых приемов оздоровления и профилактики заболеваний.**  **Оформление сборника консультаций для родителей по данной теме.**  **Разработка циклограммы работы с детьми по ЗОЖ в разных возрастных группах.**  **Прохождение курсов повышения квалификации.**  **Участие в конференциях, семинарах.**  **Анализ проведённой работы поопределению эффективных технологий, форм, методов и приёмов работы по формированию у детей основ ЗОЖ.** | Октябрь- ноябрь 2016 года  Декабрь 2016 года  Февраль 2017 года  В течение года.  Март 2017 года  В течение года  В течение года.  Май 2017 года |
| **2017-2018** | ***Совершенствование предметно—развивающей среды, способствующей развитию инициативы самостоятельности, активности и реализации интересов детей в разных видах деятельности.***  **Изготовление дидактических материалов, пособий по теме.**  **Привлечение воспитателей к приобретению и изготовлению игр и пособий по теме.**  **Привлечение родителей к изготовлению нестандартного оборудования по формированию ЗОЖ у дошкольников.**  **Организация выставок пособий, оборудования с целью популяризации ЗОЖ среди родителей и коллег.**  **Приобретение плакатов, таблиц по теме.** | Сентябрь- ноябрь 2017 года.  Декабрь 2017 года.  Январь 2018 года.  Март- май 2018 года  В течение года. |
| **2018-2019** | ***Практическая апробация новых методов и приёмов по формированию ЗОЖ у детей.***  ***Обобщение практического опыта.***  **Составление «Рабочей программы» с активным включением раздела по формированию ЗОЖ у дошкольников.**  **Разработка комплексно- тематического плана по теме.**  **Практическая апробация новых методов и приемов в планомерной работе с детьми и анализ результатов.**  **Разработка карты анализа результатов применения новых методов и приемов по формированию ЗОЖ.**  **Заполнение карты анализа результатов применения новых методов и приемов по формированию ЗОЖ.**  **Составление подробного отчёта о работе с детьми по формированию ЗОЖ.** | Август 2018 года.  Сентябрь 2018 года.  В течение года.  Октябрь 2018 года.  В течение года.  Май 2019 года. |
| **2019-2020** | ***Распространение опыта среди коллег.***  **Выступления на конференциях, семинарах, мастер- классах.**  **Участие в очных и заочных конкурсах педагогического мастерства.**  **Проведение семинара на базе МБДОУ по теме.**  **Печать сборника по обобщению и распространению опыта работы и материалам семинара.** | В течение года.  В течение года.  В соответствии с годовым планом МБДОУ.  После проведения семинара. |