**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 2014Сентябрь- ноябрь 2014г.В течение годаИюль 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 2015годаОктябрь- ноябрь 2015г.Декабрь 2015г.Январь 2016 г.В течение годаВ 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 годаДекабрь 2016 годаФевраль 2017 годаВ течение года.Март 2017 годаВ течение годаВ 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 годаВ 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. |