Индивидуальный план самообразования на 2011-2015 год  
Учителя Павловой Альбины Николаевны  
Тема самообразования:

«Повышение профессиональной подготовленности»

**Цель:** Повышение  профессиональной  подготовленности  и  как  следствие, повышение  эффективности  обучения  физической  культуре.

**Задачи:**

- планировать учебно-воспитательный процесс по физическому воспитанию, физкультурно-оздоровительную и спортивную работу с учетом конкретных условий данного заведения;

- творчески применять профессионально-педагогические знания в решении конкретных учебных и воспитательных задач с учетом возрастных, индивидуальных, социально-психологических особенностей учащихся;

- формировать интерес учащихся к занятиям физической культурой;

- выбирать и творчески применять методы, средства и организационные формы учебной, воспитательной, физкультурно-оздоровительной и других видов деятельности учащихся в соответствии с решаемыми задачами;

- формировать знания, умения и навыки, необходимые учащимся для самостоятельного использования средств физической культуры в процессе своего самосовершенствования.

- учитывать и оценивать результаты   работы  с целью определения новых задач;

- аргументировать социальную и личностную значимость избранного вида деятельности.

|  |  |
| --- | --- |
| **Основные  направления** | **Действия  и  мероприятия** |
| 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  методике  преподавания.  4. Своевременно  повышать  квалификацию  на  курсах  для  учителей  физической  культуры  5. Принимать  активное  участие  в  работе  районной  Ассоциации  учителей  физической  культуры.  6. Принимать  участие  на  научно-практических  конференциях, семинарах, конкурсах, фестивалях  различных  уровней.  7. Посещать  уроки  коллег  и  участвовать  в  обмене  опытом.  8. Периодически  проводить  самоанализ  своей  профессиональной  деятельности.  9. Систематически  интересоваться  событиями  современной  экономической, политической  жизни.  10.Повышать  уровень  своей  эрудиции, правовой  и  общей  культуры.  11. Проводить  открытые  уроки  для  анализа  со  стороны  коллег.  12. Организовывать   кружковую  и  внеклассную  деятельность  по  предмету.  13. Систематически  просматривать  спортивные  телепередачи.  14. Посещать  семинары, конференции, организованные  на  разных  уровнях. |
| Психолого-педагогическое | 1. Совершенствовать  свои  знания  в  области  классической  и  современной  психологии  и  педагогики.  2. Изучать  современные  психологические  методики. |
| Методическое | 1. Знакомиться  с  новыми  педагогическими  технологиями, формами, методами  и  приемами  обучения  через  предметные  издания:  - Физическая  культура  в  школе  - Спорт  в  школе  2. Изучать  прогрессивный  опыт  коллег  по  организации  различных  форм  уроков  физической  культуры.  3. Изучать   научно-методическую  и  учебную  литературу.  4. Разрабатывать  разные  формы  уроков, внеклассных  мероприятий, учебных  материалов.  5. Проводить  научно-исследовательские работы  по физической культуре  6. Оценивать  физического  состояния  учащихся:  - оценка  физической  подготовленности  2  раза  в  течение  учебного  года;  - «ГТО в школе».  7. Разрабатывать  пакет  стандартного  поурочного  планирования  по  темам  «Легкая  атлетика», «Спортивные  игры», «Лыжи».  8. Создавать  комплект  дидактики  по  предмету (индивидуальные  планы  тренировок, оптимально-минимальный  уровень (стандарт)  физической  подготовленности  учащихся, контрольные  тесты-упражнения).  9.Создавать  пакет  материалов  по  педагогическим  технологиям.  10. Проектировать  личную  методическую  веб-страницу.  11. Создавать  пакет  сценариев  уроков  с  применением  информационных  технологий. |
| ИКТ | 1. Пройти  курсы  повышения  квалификации  для  получения  пользовательских  навыков  работы  на  компьютере.  2. Обзор  в  Интернете  информации  по  преподаваемому  предмету, психологии, педагогике, педагогических  технологий.  3. Изучать  информационно-компьютерные  технологии  и  внедрять  их  в  учебный  процесс. |
| Охрана  здоровья | 1. Своевременно  обновлять  инструкции  по  ТБ  на  уроках  физической  культуры, на  занятиях  секции.  2. Внедрять  в  образовательный  процесс  здоровьесберегающие  технологии.  3. Вести  здоровый  образ  жизни, заниматься  спортом, физическими  упражнениями. |
| Интересы  и  хобби | 1.Продолжать  заниматься  спортом    и  физическими  упражнениями.  2. Участвовать  на  соревнованиях  различных  уровней. |

**Предполагаемый  результат:**

1. Повышение  качества  преподаваемого предмета .

2. Проведены   открытые  уроки  перед  учителями  школы.

3. Доклады  и  выступления.

4. Разработка  дидактических  материалов.

5. Разработка  и  проведение  уроков  по  инновационным  технологиям.

6. Создание  комплектов  педагогических  разработок  уроков  и  внеклассных  мероприятий.

7. Организация  работы  спортивных  кружков  и  секций.

8. Пакет  психолого-педагогических  материалов  в коррекционных классах.

9. Пакет  материалов  по  различным  педагогическим  технологиям.

10. Пройдены курсы повышения квалификации

11. Пакет  бланков  и  образцов  документов  для  педагогической  деятельности.

12. Участвуя  на   спортивных  соревнованиях  различных  уровней.

**Форма  отчета  по  проделанной  работе**

 Обобщение опыта  работы  на  уровне  школы. Выступления  по  обмену  опытом  работы  на  заседаниях  учителей физической культуры. Представление  администрации  школы  отчета  с  анализом, выводами  и  рекомендациями .