Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №4 «Светлячок»

Кулундинского района Алтайского края»

**План работы по самообразованию руководителя физического воспитания**

***Тема*:** «Физкультурно-оздоровительная работа в МБДОУ в условиях внедрения ФГОС»

 Зинченко Л.В.

Кулунда 2015

Направление: физкультурно-оздоровительное.

**Цель:**

-усовершенствование комплексной системы физкультурно-оздоровительной работы с детьми, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей;

-сохранение у родителей и воспитанников здоровья через физические упражнения.

**Задачи:**

-охрана и укрепление физического и психического здоровья детей;

-формирование жизненно необходимых двигательных умений и навыков ребенка в соответствии с его индивидуальными особенностями, развитие физических качеств;

-созданий условий для реализации потребности детей в двигательной активности; воспитание потребности в здоровом образе жизни.

**Ожидаемые результаты:**

- создание образовательной среды, формирующей здоровую, физически развитую, социально адаптированную, увлечённую игрой личность;

- положительная динамика показателей физического развития детей;

- формирование у детей и родителей осознанного отношения к физическому воспитанию ребенка.

**Перспективный план работы по самообразованию**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Содержание деятельности | Форма отчетности | Сроки проведения |
| 123 | Выбор темы «Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ в условиях внедрения ФГОС»Консультация для родителей «Сохранение и укрепление здоровья детей»Консультация для воспитателей «Взаимодействие инструктора с педагогами ДОУ по вопросам физического воспитания, сохранения и укрепления здоровья детей»  | Проведение | Сентябрь |
| 45 | Анкетирование родителей: «Физическое развитие ребенка»«Здоровый образ жизни» | Анкетирование | Октябрь |
| 78 | Консультация для воспитателей «Физкультминутка»Доклады на родительском собрании: «Роль родителей в укреплении и сохранении здоровья детей» | ПроведениеВыступление | Ноябрь |
| 9 | Консультация для воспитателей:«Воздействие подвижных игр с элементами спорта на развитие особенностей детей» | Проведение  | Декабрь  |
| 10 | Наглядная информация для родителей«Одежда для детского сада и физкультурных занятий» | Выставление | Январь |
| 1112 | Консультации для родителей «Чем можно занять ребенка зимой на улице»«Спортивный уголок дома» | Проведение | Февраль |
| 1314 | Спортивный досуг с участием родителейКонсультация для воспитателей«Создание условий для проведения игр и упражнений» | Проведение | Март |
| 15 | Анкетирование родителей:«Анализ работы детского сада по укреплению здоровья детей» | Анкетирование | Апрель |
| 16 | Консультация для воспитателей«Организация работы с детьми в летний период» | Проведение | Май |

Здоровье – это не  отсутствие болезней как таковой или физических недостатков, а состояние полного физического, душевного, социального благополучия (из Устава Всемирной организации здравоохранения).

В соответствии с Законом РФ «Об образовании», ответственность за жизнь и здоровье детей несет образовательное учреждение. В.А. Сухомлинский писал: «…Забота о здоровье ребенка - это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, прочность знаний, вера в свои силы».

**1. Система двигательной активности и психологического комфорта.**

В работе дошкольного учреждения по физкультурно-оздоровительному направлению я использую разнообразные виды организации двигательной активности. Я разработала комплексы  утренней гимнастики в игровой форме для младших и старших дошкольников. В детском саду организована непосредственная образовательная деятельность по физической культуре. Я организую спортивные праздники, дни здоровья. На прогулках организуется двигательная активность детей с помощью игровых упражнений, подвижных и спортивных игр, проводится индивидуальная работа с детьми по физическому развитию. После дневного сна во всех возрастных группах проводится гимнастика после сна.

В общей системе оздоровления особое внимание уделяю охране психологического здоровья детей. В ДОУ созданы все условия для психологического комфорта  и полноценного развития психических процессов у дошкольников.

**2. Организация рационального питания.**

Здоровый образ жизни немыслим без рациона правильного питания. Питание, как известно, является одним из факторов, обеспечивающих нормальное развитие и достаточно высокий уровень сопротивляемости его организма к заболеваниям.

В ДОУ выполняются следующие принципы рационального здорового питания детей: регулярность, полноценность, разнообразие, путем соблюдения режима питания, норм потребления продуктов и индивидуального подхода к детям во время приема пищи. Ежедневно включаем в меню овощи, фрукты, соки, напитки из цитрусовых, молоко.

В группах детского сада соблюдается питьевой режим. Для профилактики острых респираторных заболеваний в питание детей включаются зеленый лук, чеснок, лимон, что позволяет добиться определенного снижения заболеваемости. Регулярно проводятся плановые медицинские осмотры детей с привлечением специалистов центральной поликлиники. Результаты обследования учитываются медицинской сестрой, воспитателями, специалистами  в работе с детьми.

**3. Система работы по формированию здорового образа жизни.**

В детском саду осуществляется кружок «Крепыши», где проводятся  беседы с детьми на тему: «Как закаляться», «Мышцы, кости, суставы», «Руки, ноги и я», «Уход за ушами», «Уход за глазами» и др. Программа кружка направлена на формирование у маленького ребенка интереса к своему личному здоровью, на совершенствование всех видов движений и развитие физических качеств.

**4. Проведение просветительской работы с семьями воспитанников.**

Работа с семьей включает: целенаправленную санитарно-просветительную работу, пропагандирующую общегигиенические правила; ознакомление родителей с содержанием физкультурно-оздоровительной работы в ДОУ, направленной на физическое и социальное развитие ребенка; ознакомление родителей с результатами мониторинга состояния ребенка и его психомоторного развития; ознакомление родителей с лечебно-профилактическими мероприятиями, проводимыми в дошкольном учреждении.

Формы работы с родителями разнообразны: общие и групповые родительские собрания. Родители детского сада принимают активное  участие родителей в конкурсах и выставках ДОУ. В детском саду фотовыставки «Мы быстрые, ловкие смелые», совместные спортивные праздники и развлечения «Папа, мама, я – спортивная семья», «Защитники Отечества».

 **5. Взаимодействие с педагогами ДОУ.**

Я оказываю помощь воспитателю по различным вопросам физического развития детей: планирую и организую образовательную деятельность по физическому воспитанию, планирую и организую физкультурно-оздоровительную работу в режиме дня, разрабатываю и организую информационную работу с родителями, оказываю методическую помощь по вопросам физического воспитания всем педагогам ДОУ (провожу различные консультации, выступаю на педагогических советах, семинарах-практикумах, медико-педагогических советах и т. д.).

 На занятии я занимаю руководящую роль. Но воспитатель, зная методику проведения физкультурных занятий помогает в регулировании физической нагрузки на каждого ребенка. Воспитатель на занятии не только помогает мне, но и фиксирует то, что необходимо закрепить с некоторыми детьми в индивидуальной работе.

 Воспитатель, как бы, является связующим звеном между мной и родителями (проводит с ними беседы по моим рекомендациям, дает консультации, предлагает разнообразные домашние задания, индивидуально для каждого ребенка). В свою очередь я так же провожу консультации, беседы, выступаю на родительских собраниях.