План по самообразованию инструктора по физической культуре Третьяковой И.Н.

Направление: **физкультурно-оздоровительное**.

Цель: создание комплексной системы **физкультурно**-оздоровительной работы с детьми, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей и воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Задачи:

- подобрать и систематизировать материал по **физкультурно**-оздоровительной работе с детьми старшего дошкольного возраста

- разработать демонстрационный и раздаточный материал для проведения занятий с детьми

- создать нетрадиционные пособия для профилактики плоскостопия, нарушения осанки у детей

- разработать и оформить в виде информационных листов, буклетов, папок – передвижек, газет материалы для родителей

- привлечь родителей к организации оздоровительной работы с детьми

1 - создание образовательной среды, формирующей здоровую, **физически развитую**, социально адаптированную, увлечённую спортом личность, сознательно использующую знания о здоровом образе жизни;

- снижение показателей заболеваемости;

- положительная динамика показателей **физического развития детей**.

- формирование у детей и родителей осознанного отношения к своему здоровью.

Перспективный **план по самообразованию**

Содержание деятельности Форма отчетности Сроки проведения

2 Методическая работа

Изучение методической литературы по теме Оформление и пополнение папки по здоровьесберегающим технологиям в ДОУ Постоянно

Создание фотоальбома с изображениями различных видов спорта, атрибутов. Наличие альбома Октябрь

Изготовление пособий для проведения утренней гимнастики, гимнастики пробуждения. Наличие пособий Ноябрь-февраль

Консультация для педагогов на тему: «Воздействие подвижных игр с элементами спорта на развитие особенностей детей дошкольного возраста»» Наличие консультаций Декабрь

Консультация для педагогов *«Игровая деятельность дошкольника»* Наличие консультаций

Январь

Конкурс рисунков *«Виды спорта»* Наличие Февраль

Оформление картотеки игр, пальчиковых гимнастик, гимнастик пробуждения, гимнастики для глаз, релаксационных упражнений и т. д. Наличие картотек Март-апрель

3 Работа с детьми

Наблюдение за поведением детей и состоянием здоровья в повседневной жизни Анализ показателей заболеваемости, уровней **физического развития Постоянно**

Проведение закаливающих мероприятий, гимнастики пробуждения, пальчиковой гимнастики, динамических пауз, элементов релаксации. Контроль Постоянно

Создание комплекта демонстрационного и раздаточного материала для занятий Оформление **физкультурно**-оздоровительного центра в группе Постоянно

Изготовление коллажей по теме: *«Сильные, ловкие,смелые»* Контроль март

Беседы с детьми о ЗОЖ Наличие конспектов бесед Постоянно

Проведение Дней здоровья Конспект развлечения Апрель

Разучивание с детьми пословиц, загадок о спорте, ЗОЖ Контроль Постоянно

5Работа с родителями

Выставление наглядной информации на стендах Наличие пособий 1 раз в 3 месяца

Консультация *«Значение режима дня для здоровья ребенка»* Наличие консультаций Октябрь

Анкетирование *«****Физическая культура и оздоровление****»* Наличие анкет Октябрь

Анкетирование *«Анализ работы детского сада по укреплению здоровья детей»* Анализ анкет Апрель

Помощь родителей в изготовлении массажных дорожек