ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН РАБОТЫ ПО САМООБРАЗОВАНИЮ

НА 2020-2021 учебный год

ТЕМА: «Развитие физических качеств дошкольников в рамках внедрения Всероссийского комплекса ГТО».

Инструктор по физической культуре: Ефремова Светлана Николаевна

**Цель:** Повышение своего профессионального уровня путем систематизации работы по реализации системы мероприятий, направленных наразвитие физических качеств дошкольников.Формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

**Задачи:**

1. формировать общую культуру воспитанников, развития их нравственных, интеллектуальных, физических, эстетических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности, формирования предпосылок к сдаче комплекса норм «ГТО»

2. воспитывать интерес детей к занятиям физической культурой, творчески применять профессионально-педагогические знания в решении конкретных учебных и воспитательных задач с учетом возрастных, индивидуальных, социально-психологических особенностей учащихся;

3. планировать учебно-воспитательный процесс по физическому воспитанию, физкультурно-оздоровительную и спортивную работу с учетом возрастных особенностей и ступеней различия комплекса «ГТО»;

4. изучить методическую литературу и практический опыт по данной теме;

5. разработать и реализовать проект «Навстречу к ГТО» в рамках темы самообразования;

6. обобщить опыт работы в рамках проекта;

**Актуальность:**

 С каждым годом развитию физкультуры и спорта в России уделяется все больше внимания со стороны государства. Эта положительная тенденция касается и дошкольного периода. Физическое воспитание детей дошкольного возраста направлено на решение следующих задач: улучшение здоровья и физическое развитие, расширение функциональных возможностей детского организма, формирование двигательных качеств.

 С 1 января 2017 года началось повсеместное внедрение комплекса ВФСК ГТО в практику работы дошкольных организаций, что вызывает множество вопросов со стороны инструкторов по ФК и педагогов. Как организовать работу с детьми? Какие формы работы наиболее целесообразно использовать для получения результата? Как педагогу работать с мотивационной сферой дошкольников при сдаче норм ГТО? Такие вопросы побуждают педагогический коллектив искать новые подходы в вопросе внедрения комплекса ГТО.

 Цель комплекса ГТО: создание условий для всех участников образовательного процесса для систематических занятий физической культурой и спортом.

С этой целью в ДОО необходимо разработать систему мероприятий по данному направлению.

**Ожидаемые результаты:**

1. Положительная динамика развития физических качеств, наличие потребности в здоровом образе жизни и возможностей егообеспечения.

2. Улучшение качества работы по физическому воспитанию с детьми старшего дошкольного возраста.

3. Повышение уровня компетентности педагогов в вопросах внедрения ГТО в дошкольных учреждениях.

4. Повышение компетентности родителей в вопросах внедрения ГТО в дошкольные организации.

5. Разработан и реализован проект.

6. Созданы условия для формирования привычки к здоровому образу жизни детей, педагогов, родителей, а именно: - пополнен фонд методических, наглядно-иллюстративных материалов.

**Литература**

1. Указ Президента РФ от 24.03.2014 г. № 172 о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО);

2. Лихачева Т.С. Первая ступень ГТО.

3. Марескина Г.А Методика подготовки младших школьников к выполнению норм комплекса ГТО.

4. Реализация образовательной области «Здоровье» в рамках ФГОС дошкольного образования

5. Тутов В.Н Возвращение норм ГТО как способ оздоровления нации

6. Материалы официального сайта ВФСК «ГТО»<http://www.gto.ru/>;
 7.  Положение о Всероссийском физкультурно-спортивномкомплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО) от 11.06.2014 г. № 540;
 8.  Картушина М. Ю. Быть здоровыми хотим: оздоровительные и познавательные занятия для детей подготовительной группы. – М.:АРКТИ, 2004;
 9.  Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Для работы с детьми 5-7 лет. – М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2010.
 10. ШебекоВ.Н. – Физкультурные праздники в детском саду: творчество в двигательной деятельности дошкольника: Кн. для воспитателей дет.сада / В.Н. Шебеко, Н.Н. Ермак. – 3-е изд. – М.: Просвещение. 2003. – 93 с.
 11. Вавилова Е. Н. Развивайте у дошкольников ловкость, силу, выносливость: Пособие для воспитателя детского сада. – М.: Просвещение.

12. Волошина Л.Н., Курилова Т.В. В 67 Играйте на здоровье! Программа и технология физического воспитания детей 3- 7 лет. Б. :Изд-во Белый город. 2013. — с.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Период | Работа с детьми | Работа с родителями | Работа с педагогами | Предметная среда | Методическая работа |
| СЕНТЯБРЬ | Диагностика(сдача нормГТО)Беседа с детьми «Здоровый образ жизни» | Родительское собрание«Физкультурно-оздоровительная работа вДОУ» |  | Подготовка инвентаря и зала для сдачи норм ГТО | 1. Изучитьпсихолого -педагогическую,методическуюлитературу, опытработыинструкторов пофизическойкультуре черезинтернет-ресурсы,статьи, публикации2. Подготовитьконспекты занятий,праздников, развлечений3. Подобрать методический материал(пословицы, поговорки, рассказы, загадки о здоровье).4. Составить перспективный планмероприятий по работе с детьми и педагогами, родителями.5. Изучить виды испытаний (тесты) инормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) |
| ОКТЯБРЬ | День здоровья«Веселые стар-ты»Беседа: «О пользефизических упражнений для здоровья,о великих спортсменах. | Буклет«Подготовка детей до-школьного возраста ксдаче ГТО» | Оформление родительских уголков в группах с размещением материала по теме | Изготовление нетрадиционного оборудования для тренировки скоростных качеств: барьеры, координационная лесенка | 1. Разработать конспект развлечения «Веселые старты».2. Разработать конспекты занятий для проведения дня открытых дверей3. Разработка долгосрочного проекта «ГТО в детском саду». |
| НОЯБРЬ | Тематическоезанятие«Спорти спортсмены» | Семейные старты«Здоровая семья» | Консультация «Нормативы ГТО для всех возрастов» | Изготовление нетрадиционного оборудования для тренировки силовых качеств: чудо-резиночки | 1. Разработать конспект занятия «Спорт и спортсмены»2. Разработать и реализовать проект «Навстречу к ГТО».3. Подготовить материал для информационного буклета дляродителей.4. Подобрать иллюстрации великих спортсменов; пословицы,загадки, стихи о здоровье |
| ДЕКАБРЬ | Тематическоезанятие«Части тела»Спортивный квест « Проказы Бабы Яги» | Родительский клуб«Школьный старт»Мастер-класс *«Делай как я!»* для детей подготовительной к школе группы и их родителей по разным видам нормативов *«ГТО»* *(силовые, на гибкость, на скорость и выносливость)*  | Консультация «Техника выполнения нормативов ГТО» | Подготовка инвентаря и лыжни для обучения детей ходьбе на лыжах | 1. Разработать конспект занятия «Части тела».2. Разработать сценарий мероприятия для проведенияконсультации с практическим показом для родителей3.Апробация и выделение наиболее эффективных современных технологий по физическому развитию, с учетом психофизических возможностей детей |
| ЯНВАРЬ | Спортивныйпраздник«Спартакиада ГТОшка»»Игры – упражнения с включением обязательных испытаний *(тестов)* ВФСК *«ГТО»* | Участие в спортивномпраздникеНаглядная информация«Как стать спортивной семьей» |  | Постройка снежной полосы препятствий на спортивной площадке для тренировки выносливости и ловкости | 1. Разработать конспект развлечения «Спартакиады ГТОшка»2. Подготовить материал для информационного буклета дляродителей |
| ФЕВРАЛЬ | Спортивноеразвлечение«Зарница»«Скоро в школу мы пойдем и рекорды все побьем» – соревнования старших дошкольников и детей младших классов школы.Игры – упражнения с включением обязательных испытаний *(тестов)* ВФСК *«ГТО»* | Взаимодействие с семьями по регистрации детей в системе ГТО, получения допуска врачаВыставка рисунков «Я готовлюсь к ГТО»*«*Вперед к победам*»*. | Организация команды педагогов для сдачи норм ГТО, регистрация в системе ГТО | Разработка картотек игр для подготовки детей к сдаче различных нормативов ГТО | 1. Разработать сценарий развлечения «Зарница».2. Подготовить материал наглядной информации для родителей.3.Подобрать атрибуты и спортивный инвентарь к развлечению |
| МАРТ | Физкультурный праздник «Я готовлюсь к сдаче ГТО»Тематическоезанятие«СимволикаОлимпийских игрИгры – упражнения с включением обязательных испытаний *(тестов)* ВФСК *«ГТО»* | презентации видеороликов о проведенном празднике, Буклет«История олимпийских игр» | конкурс физкультурных уголков в группах | Стенд «Навстречу комплексу ГТО» | 1. Разработать конспект занятия «Символика Олимпийскихигр»2. Подобрать наглядный материал к занятию3.Подготовить материал для информационных буклетов дляРодителей4. Оформление стенда «Готов к труду и обороне» |
| АПРЕЛЬ | Соревнование«Самая спортивная группа» - весёлые старты между подготовительными к школе группами и старшими группамиИгры – упражнения с включением обязательных испытаний *(тестов)* ВФСК *«ГТО»* | Конкурс плакатов «Моя спортивная семья»**«**Папа, мама, я – спортивная семья» - спортивный праздник с родителями | Сдача норм ГТО командой сотрудников |  | 1. Разработать конспект занятия «Самая спортивная группа»2. Подобрать материал к проведению мастер-класса для педагогов |
| МАЙ | Итоговая диагностикаСпортивноеразвлечение«Малые олимпийские игры» | Участие в спортивномпраздникеНаглядная информация«*От норм ГТО – к олимпийским медалям!*» | Награждение и подведение итогов |  | Обобщить опыт работы в рамках реализации проекта:1. систематизация полученного материала;2. обобщение опыта работы;3. распространения в учреждении4. на итоговом педсовете с использованием мультимедийнойпрезентации.Представлениепроекта«Навстречу кГТО» на методическом часе Подготовка материаловк фотовыставке«*От норм ГТО – к олимпийским медалям!*» |