

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №305 Советского района г. Казани»**

**ПЛАН
индивидуального профессионального развития педагога
на 2021-2022 год**

инструктора по физической культуре

Александровой Елены Анатольевны

Республика Татарстан

г. Казань

Тема: «Физическое воспитание и здоровьесберегающая деятельность»

Актуальность темы: состояние здоровья подрастающего поколения в настоящее время вызывает особую озабоченность в государстве и обществе. За последнее время число здоровых дошкольников уменьшилось в пять раз и составляет лишь около 10% контингента детей, поступающих в школу. Поэтому мы понимаем, что забота об укреплении здоровья дошкольника - проблема не только медицинская, но и педагогическая.

Цель: создание комплексной системы познавательного-оздоровительной работы с детьми, направленной на осознанное отношение сохранения и укрепления собственного здоровья.

Задачи:

- изучение педагогической и методической литературы по проблеме использования здоровьесберегающих технологий в воспитании у дошкольников основ здорового образа жизни;
- охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма;
- формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью;
- повышение педагогической компетентности родителей по данной проблеме.

Ожидаемые результаты:

- создание образовательной среды, формирующей у детей представления об основах здорового образа жизни и активное включение воспитанников и родителей в данную среду;
- снижение показателя заболеваемости;
- положительная динамика показателей физического развития детей.

Отношение ребенка к своему здоровью является фундаментом, на котором можно будет выстроить потребность в здоровом образе жизни. Эта потребность зарождается и развивается в процессе осознания ребенком себя как человека и личности. Отношение ребенка к здоровью напрямую зависит от **сформированности** в его сознании этого понятия.

Основы здорового образа жизни у детей дошкольного возраста определяются наличием знаний и представлений об элементах здорового образа жизни (соблюдение режима, гигиенических процедур, двигательной активности), и умением реализовывать их в поведении и деятельности доступными для ребенка способами (чистить зубы, мыть руки, делать зарядку, заниматься спортом и т.д.)

Для того, чтобы сохранить здоровье ребенка необходимо объединить усилия всех взрослых, окружающих его, в первую родителей и воспитателей с целью создания вокруг него атмосферы наполненной потребностями, традициями и привычками здорового образа жизни. Таким образом, с ранних лет будет формироваться определенная культура поведения и соответствующий стиль жизни. Знания, умения и навыки оздоровительного характера, заложенные в дошкольном возрасте, станут прочным фундаментом для создания положительной мотивации к охране собственного здоровья во взрослой жизни.

Перспективный план

	Форма мероприятия	Цель мероприятия	Срок проведения; Форма отчёта
1.	-Диагностика уровня физического развития детей; -Наблюдение за поведением детей и состоянием здоровья в повседневной жизни	Выявление часто болеющих детей, выявление физической подготовленности и двигательных навыков	Сентябрь Диагностические карты
2.	-Беседа с детьми «Я расту здоровым!»	Расширение представлений детей о здоровом образе жизни	Октябрь Конспект
3.	-Занятие по формированию основ ЗОЖ «Микробы» -Консультация для родителей «Игры для здоровья»	Расширение представлений детей о гигиене Педагогическое просвещение родителей	Ноябрь Конспект Папка материалами раздевальной комнате с в
4.	-Занятие по формированию основ ЗОЖ «Мойдодыр»; -Консультация для родителей «Вода»	Расширение представлений детей о значении воды в жизни людей Педагогическое просвещение родителей	Декабрь Рисунки детей Папка рекомендациями раздевальной комнате с в
5.	-Беседа с детьми «Волшебный массаж» --Занятие по формированию основ ЗОЖ «Волшебные витамины»; -Консультация для родителей «Делаем массаж»	Обучение приёмам самомассажа; Расширение представлений детей о значении о правильном питании и витаминах Расширение знаний о массаже	Январь Конспект Папка рекомендациями раздевальной комнате с в
6.	-«Волшебный массаж» -Совместный с родителями досуг «Я расту здоровым!»	Обучение приёмам самомассажа Формирование партнёрских отношений с родителями	Февраль Конспект Фотоотчёт
7.	-Занятие по формированию основ ЗОЖ «Моё тело»; -Беседа с родителями «Закаливание»	Расширение представлений о строении собственного тела, назначении органов Расширение знаний о закаливании и играх в холодный период года	Март Конспект Фотоотчёт Папка материалами с в

			раздеальной комнате
8.	-Спортивные соревнования «Мама, папа, я – дружная семья» -Консультация для родителей «Игры с детьми на свежем воздухе»	Формирование партнёрских отношений с родителями Расширение знаний об играх в тёплое время года	Апрель Фотоотчёт Папка материалами раздеальной комнате
	-Творческий конкурс рисунков, фотографий, поделок «В нашей семье» -Консультация для родителей «Внимание: солнце!»	Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью; Развитие творчества; Формирование партнёрских отношений с родителями Расширение знаний о тепловых и солнечных ударах	Май Фотоотчёт Папка материалами раздеальной комнате
	-Совместный с родителями досуг «На цветочной поляне»	Формирование партнёрских отношений с родителями	Июнь Конспект, Фотоотчёт
	-Совместный с родителями досуг «Лето»	Формирование партнёрских отношений с родителями	Июль Конспект, Фотоотчёт
	-Совместный с родителями раздник «Я расту здоровым!»	Формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью; Формирование партнёрских отношений с родителями	Август Конспект, фотоотчёт