

# Индивидуальный план самообразовательной работы на 2017-2020 год

Сазанова Сергея Владимировича  
учителя физической культуры I квалификационной категории

**Образование** – Высшее педагогическое образование.

**Тема самообразования:** «Развитие образовательного, воспитательного и оздоровительного потенциала учащихся на занятиях физкультуры»

Работа над темой начата в 2017 году. Предполагается закончить работу над темой в 2020 году.

**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;
- организовать учебно-воспитательную работу с учащимися на уровне современных психолого-педагогических, медико-биологических, дидактических и методических требований;
- 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.
- устанавливать педагогически целесообразные взаимоотношения с учащимися, преподавателями, администрацией учебного заведения;
- учитывать и оценивать результаты работы с целью определения новых задач;
- аргументировать социальную и личностную значимость избранного вида деятельности.

**Перечень вопросов по самообразованию:**

- изучение психолого-педагогической литературы;
- разработка программно – методического обеспечения учебно-воспитательного процесса;
- проектная и исследовательская деятельность;
- анализ и оценка метапредметных результатов деятельности учащихся;
- изучение педагогического опыта других преподавателей с успешными детьми;
- планомерное и систематическое совершенствование методов учебно-воспитательного процесса.

**Предполагаемый результат:**

1. Повышение качества преподаваемого предмета (средний балл по предмету не ниже 4,8, отсутствие неуспевающих).
2. Доклады и выступления.
3. Разработка дидактических материалов.
4. Разработка и проведение уроков по инновационным технологиям.
5. Создание комплектов педагогических разработок уроков и внеклассных мероприятий.
6. Организация работы спортивных кружков и секций.
7. Личная методическая веб-страница.
8. Пакет бланков и образцов документов для педагогической деятельности.

## План работы над темой 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 участие в работе ШМО и РМО учителей физической культуры.
6. Посещать уроки коллег и участвовать в обмене опытом.
7. Периодически проводить самоанализ своей профессиональной деятельности.
8. Повышать уровень своей эрудиции, правовой и общей культуры.
9. Проводить открытые уроки для анализа со стороны коллег.
10. Организовывать кружковую и внеклассную деятельность по предмету.
11. Систематически просматривать спортивные телепередачи.

#### Психолого-педагогическое

1. Совершенствовать свои знания в области классической и современной психологии и педагогики.
2. Изучать современные психологические методики.
3. Создание пакета психолого-педагогических материалов для учителя.

#### Методическое

1. Знакомиться с новыми педагогическими технологиями, формами, методами и приемами обучения через предметные издания:
  - Физическая культура в школе
  - Спорт в школе
  - Теория и практика физической культуры.
2. Изучать прогрессивный опыт коллег по организации различных форм уроков физической культуры.
3. Посещать библиотеки, изучать научно-методическую и учебную литературу.
4. Проводить мастер-классы для коллег по работе, учителей района.
5. Разрабатывать разные формы уроков, внеклассных мероприятий, учебных материалов.
6. Внедрять в учебный процесс новые формы оценивания физического состояния учащихся:
  - оценка физической подготовленности 2 раза в течение учебного года;
7. Создавать комплект дидактики по предмету (индивидуальные планы тренировок, оптимально-минимальный уровень (стандарт) физической подготовленности учащихся, контрольные тесты-упражнения).
8. Проектировать личную методическую веб-страницу.

#### Применение ИКТ технологий

1. Обзор в Интернете информации по преподаваемому предмету, психологии, педагогике, педагогических технологий.
2. 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 здоровье сберегающие технологии.
3. Вести здоровый образ жизни, заниматься спортом, физическими упражнениями.

#### Интересы и хобби

Продолжать заниматься спортом и физическими упражнениями.

2. Участвовать на соревнованиях различных уровней.

## Сведения о профессиональном рейтинге и достижениях за последние 5 лет

### Проведенные открытые уроки, занятия, мероприятия

1. Образовательное учреждение: “Веселые старты”, «Муравейник», «ГТО», День здоровья, спортивные мероприятия-акции к Дням отказа от курения, турнир по настольному теннису, лыжня России, ежегодно.
2. Образовательное учреждение: открытый урок в рамках проведения декады недели здоровья, 2017 год.
3. Туристические однодневные походы по родному краю с проведением спортивной полосы препятствий.
4. Выступление на общешкольном родительском собрании по теме «Сегодня- здоровый ребенок, завтра- здоровая нация»
5. «Пути формирования физкультурной самостоятельности учащихся в рамках подготовки к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)».

### Результаты учебно-воспитательной работы за последние 3 года

1. Участие в муниципальной Спартакиаде школьников, других спортивных мероприятиях.

Ежегодный результат- II место в Спартакиаде школьников

**Источники самообразования:** Курсы повышения квалификации, телевидение, периодическая пресса, видео, аудио информация на различных носителях, мероприятия по обмену опытом, работа с литературой (методическая, научно-популярная, публицистическая, художественная) и Интернет – ресурсы.

### Внеклассные формы организации занятий

К внеклассным формам физического воспитания школьников относятся:

- 1) спортивная секция по «Лыжным гонкам»;
- 2) школьные соревнования по настольному теннису и русским шашкам (ежегодно январь, февраль);
- 3) туристские походы;
- 4) праздники физической культуры (ежегодно в летнюю оздоровительную компанию);
- 5) дни здоровья (апрель каждого года).

Цель внеклассных форм занятий состоит в том, чтобы:

- 1) содействовать успешному и полному овладению материала программы по предмету «Физическая культура»;
- 2) удовлетворять интересы школьников к занятиям массовыми видами спорта и на этой основе выявлять детей, имеющих хорошие способности к занятиям определенными видами спорта;
- 3) обеспечивать здоровый, активный, содержательный отдых.

Содержание занятий в различных формах внеклассной работы определяется с учетом возраста, пола и интересов школьников.

### Курсовая подготовка 2018-2019 г.г.

1. «Подготовка спортивных судей физкультурных и спортивных мероприятий Всероссийского физкультурного комплекса «ГТО»», КОИРО, г.Кострома
2. «Методика современного преподавания физической культуры на уроках и внеурочной деятельности», ООО «Центр онлайн обучения Нетология групп», Москва
3. "Первая помощь для детей: новые требования законодательства", ООО «Центр онлайн обучения Нетология групп», Москва

## Перспективный план

№	Направление работы	2018-2019	2019-2020	2020-2021	2021-2022
1.	Аттестация		*		
2.	Курсы	*	*		
3.	Выступление на педсовете	*	*	*	*
4.	Выступление на МО		*		
5.	Подготовка и проведение предметной недели	*	*	*	*
6.	Публикации в сайтах	*	*	*	*
7.	Участие в олимпиадах	*	*	*	*
8.	Внеурочная работа	*	*	*	*
9.	Мониторинг	*	*	*	*
10.	Участие в соревнованиях	*	*	*	*
11.	Нормы ГТО	*	*	*	*