

**ФГБОУ «Прогимназия «Снегири»
Управления делами Президента Российской Федерации**

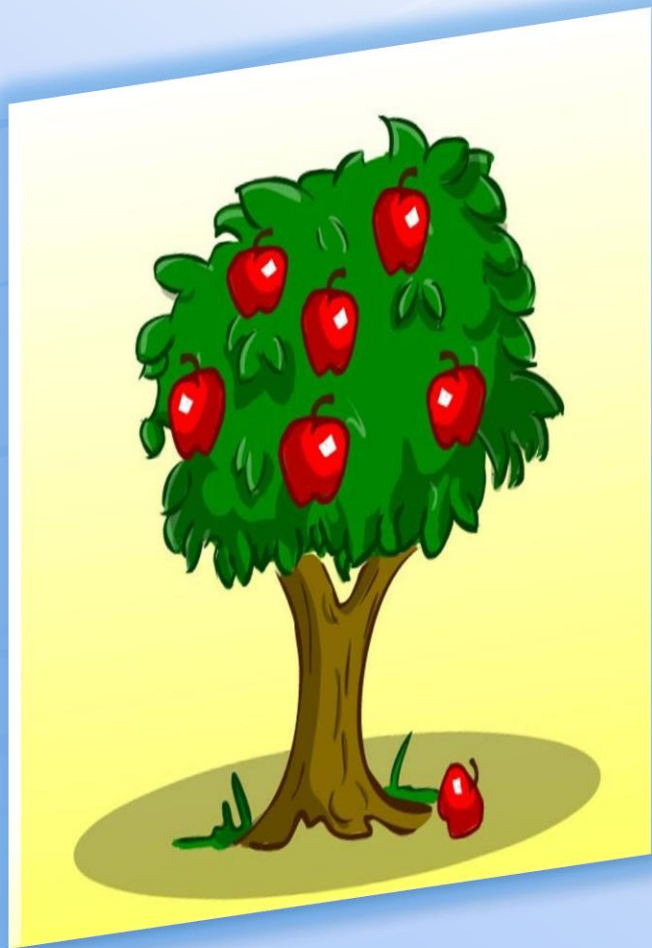
**ПОРТФОЛИО
инструктора
по физической культуре
Опариной
Елены Николаевны**



Визитная карточка

Ф.И.О.	Опарина Елена Николаевна
Дата рождения	19 июля 1970 года
Образование	Высшее: Московский государственный областной университет г.Москва, педагог по физической культуре Профессиональная переподготовка: ООО «Инфоурок» г.Смоленск тренер - преподаватель
Место работы	ФГБОУ «Прогимназия «Снегири»
Должность	Инструктор по физической культуре
Квалификация	Высшая квалификационная категория
Педагогический стаж	26 лет
В данном учреждении	17 лет
Электронный адрес	elena_oparina70@mail.ru

Мое педагогическое кредо



*“Всё, что я хотел бы знать, -
это ЯБЛОНЯ.*

*Всё, что я знаю, - ВЕТВЬ
яблони.*

*Всё, что я могу передать
ученикам, – это ЯБЛОКО.*

*Всё, что останется в них, -
это СЕМЕЧКО.*

*Но из любого СЕМЕЧКА
может вырасти ЯБЛОНЯ ...”*

Ж. Эрве-Базен

МОЙ ВЗГЛЯД НА МИР:

*«Есть желание – будут
возможности.
Будут действия – появится
результат»*

НЕ БОЙСЯ ПАДАТЬ – УЧИСЬ ВСТАВАТЬ !!!



Самообразование

Срок обучения	Название курса повышения квалификации	Обучающая организация	Количество часов	№ документа
С 01 по 31 июля 2023г.	ФОР ДО: изменения в образовательной программе, работа с родителями и обязательные педтехнологии»	НОЧУ ОДПО «Акцион-МЦФЭР»	72 часа	У2023221381 от 01.08.2023
С 01 по 14 октября 2022	«Правила оказания первой помощи пострадавшим»	НОЧУ ОДПО «Акцион-МЦФЭР»	16 часов	У2023184985 от 15.06.2023
С 27 ноября по 03 декабря 2021	«Организация инклюзивного образования детей с ОВЗ и инвалидностью с применением дистанционных образовательных технологий»	МО МО ГОУВО МО «ГГТУ»	18 часов	844-ИПК

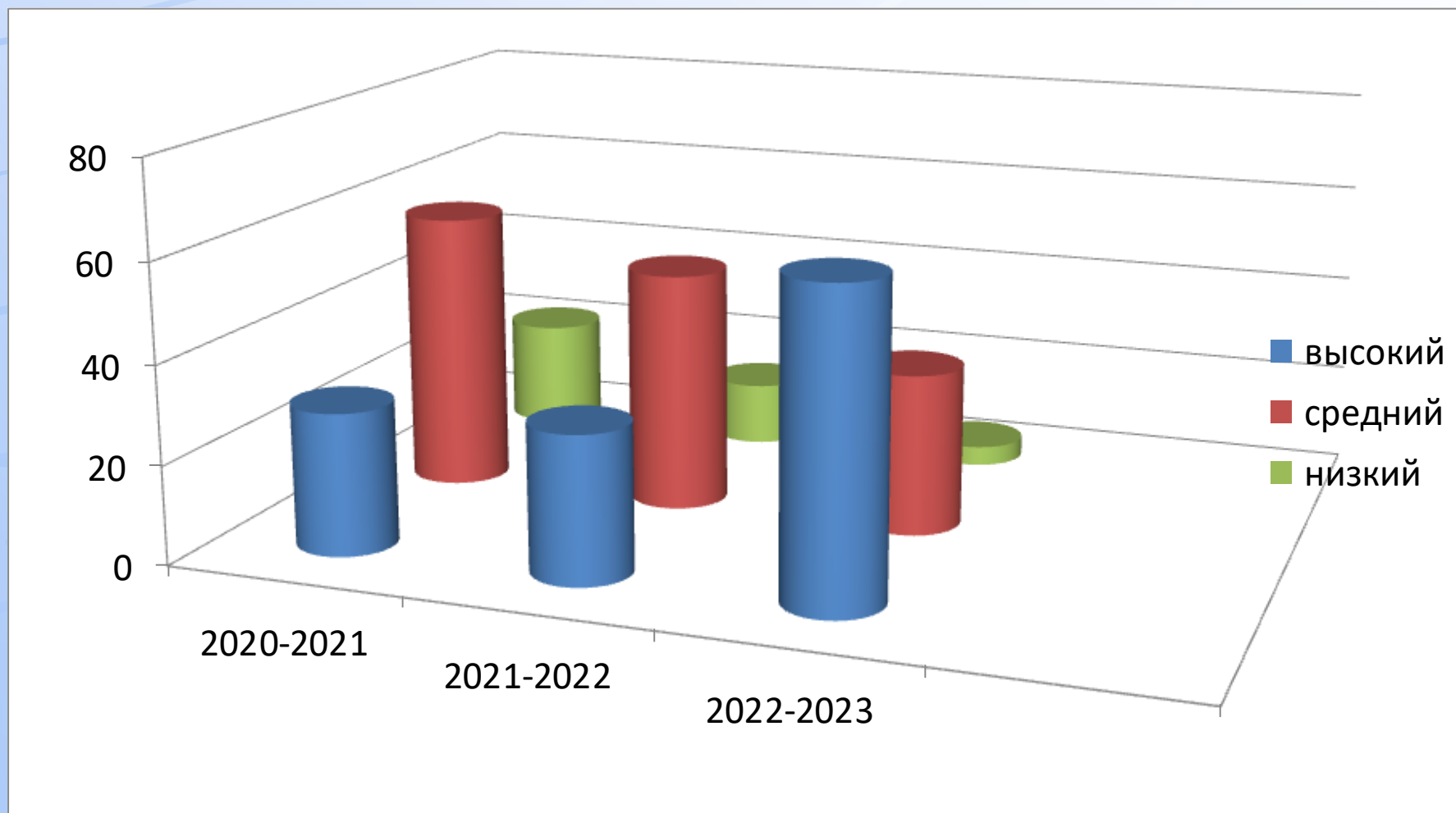
Самообразование

Год	Тема самообразования	Консультация (гиперссылка)
2020-2021	Квест-игра, как эффективная форма образовательной деятельности по физическому воспитанию	https://disk.yandex.com/am/i/YRWPoTnffsFCwA https://disk.yandex.com/am/i/T6DK4OK6F3t37Q
2021-2022	ГТО в детский сад	https://disk.yandex.com/am/i/mSIDitYfH5JJgw https://disk.yandex.com/am/d/x5TLNjrlbIJG7A https://disk.yandex.com/am/i/xsDp8IylxXqPnw
2022-2023	Спортивный тимбилдинг для детей	https://disk.yandex.com/am/i/p3CVdG98XhpP4A https://disk.yandex.com/am/i/YIFJ5LCoYLO5gA
2023-2024	Кинезиология - развитие умственных способностей и физического здоровья дошкольников через определенные виды упражнений	https://disk.yandex.com/am/d/ypDKKY7RdPNvYA https://disk.yandex.com/am/i/Nx4A3fupZQUIww

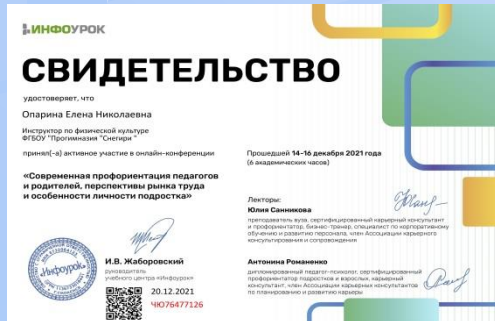
Участие в разработке и составлении образовательных рабочих программ

1. Основная общеобразовательная программа - образовательная программа дошкольного образования на 2023-2024 учебный год
2. Рабочая программа по обучению детей плаванию по программе Т.И. Осокиной, Тимофеевой Е.А., Богиной Т.Л.) «Обучение плаванию в детском саду» на 2023-2024 учебный год
3. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Обучение спортивным видам плавания» возраст 7-8 лет
4. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Обучение спортивным видам плавания» возраст 4-7 лет

**Уровень физической подготовленности детей ДО
ФГБОУ «Прогимназия «Снегири»
по результатам мониторингового исследования образовательного процесса
за 2020-2023 уч. г.г.**



Личный вклад в повышение качества образования



Участие в педагогических конкурсах



**Международный
конкурс
профессионального
мастерства для
педагогов
«Лучшая
педагогическая
разработка»**



Участие во всероссийском форуме «Ориентиры детства.4.0»



Публикации



Публикации



Публикации



Обобщение опыта работы

Мой обобщённый опыт был опубликован на сайте «МААМ.RU»

За публикацию передового педагогического опыта получила благодарность за инициативу и распространение передового педагогического опыта дистанционным способом и творческий подход в обобщении педагогического опыта.



Награды за достижения в педагогической деятельности



физкультурные
досуги,
спортивные
праздники,
развлечения

физическая
культура
(занятия)

утренняя
гимнастика

индивидуальная
работа с детьми

самостоятельная
двигательная
деятельность

**Формы
организации
двигательной
активности
детей**

упражнения для
профилактики
плоскостопия и
нарушения
осанки

подвижные игры,
и физические
упражнения на
воздухе

физкультура
на улице

дыхательная и
пальчиковая
гимнастика

закаливающие
процедуры

гимнастика
пробуждения
после дневного
сна

физкультминутки

гимнастика
для глаз

Физическая культура (занятия)



Элементарные действия игры в баскетбол





Тематические занятия



Сюжетно-образовательная деятельность «Цирк зажигает огни» с использованием спортивного оборудования по кинезиологии



Упражнения для профилактики плоскостопия и нарушения осанки



Игры-эстафеты



Физкультура на улице





Подвижные игры





Физические упражнения на воздухе





Спортивные упражнения на воздухе



Утренняя гимнастика





Дыхательная гимнастика



Закаливающие процедуры



Кинезиологические упражнения





Аквааэробика



Синхронное плавание



Индивидуальная работа с детьми



Физкультурные досуги, спортивные праздники, развлечения «Подарок для мамы»



Квест – игра на 23 февраля «Защитники Отечества»



Спортивный досуг «Снежная Королева»

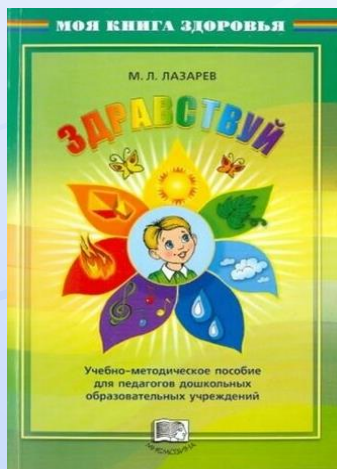


Мини – проект «Неделя Здоровья»

На основе оздоровительно-развивающей программы
М.Л. Лазарева «Здравствуй»



Вита (стихия звуков) – музыкант, обучает пению, речи, знакомит со звуками живой и неживой природы, музыкой.



Ростик (стихия дерева) – диетолог, знакомит с ритмом питания, режимом дня, ритмами природы, представителями флоры.



Йоник (стихия воздуха) – медик, обучает дыханию, полетам в небо, в космос, знакомит со звездным небом, навыками первой медицинской помощи.



Орси (стихия жизни, живой и неживой материи) – психолог, учит мальчиков и девочек играм на общение, проводит уроки воспитания.



Юные учителя здоровья

Огник (стихия огня) – юный спортсмен, учит движениям и способам достижения цели (движение к цели), знакомит с представителями фауны.



Яник (стихия света) – ученый, светлый луч знаний, учит образному и логическому мышлению.



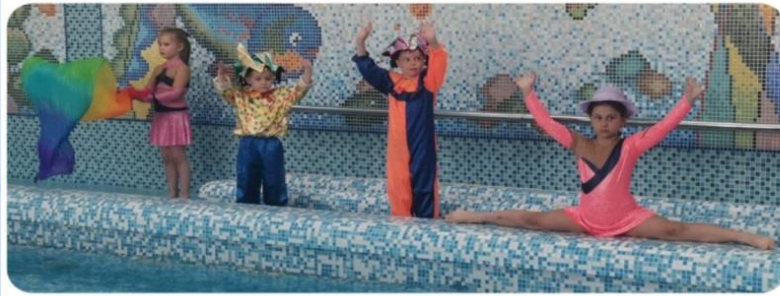
Капельня (первостихия воды) – эколог, знакомит с экологическими явлениями, реками, океанами, обучает правилам гигиены и закаливания.

Неделя Здоровья

Утренняя гимнастика с родителями



Театрализованное представление на воде «Бременские музыканты»



Презентация «Спортсмены-герои в годы Великой Отечественной войны»





Военно-спортивные соревнования «Эстафета памяти»



Работа с родителями (совместные праздники и соревнования)

Спортивный праздник «Семейные веселые старты»



Спортивно - игровой досуг на День отца «Лучше папы друга нет»





Квест – игра на 23 февраля «Солдатушки - бравы ребята»



Спортивный праздник на День пожилого человека
«Здоровые бабушки и дедушки –
счастливые внуки»



Квест - игра «Вместе с папой»



ON MI NOTE 3



2022/10/



SHOT ON MI NOTE 3
MI DUAL CAMERA

2022/10/14



ON MI NOTE 3
MI DUAL CAMERA

2022/10/14

Нетрадиционные формы работы с родителями – Флешмоб



Новая форма проведения мероприятий - Тимбилдинг



Выявление и развитие способностей воспитанников Спартакиада ГТО



Пиратский квест «Тайна Джека Воробья»



Пиратский квест «Сокровища пиратов»»



Физкультурное развлечение «Игровой марафон»

с использованием русских народных игр





Праздник «День Нептуна»



Первые шаги в плавании





Я умею плавать



Взаимодействие с коллективом



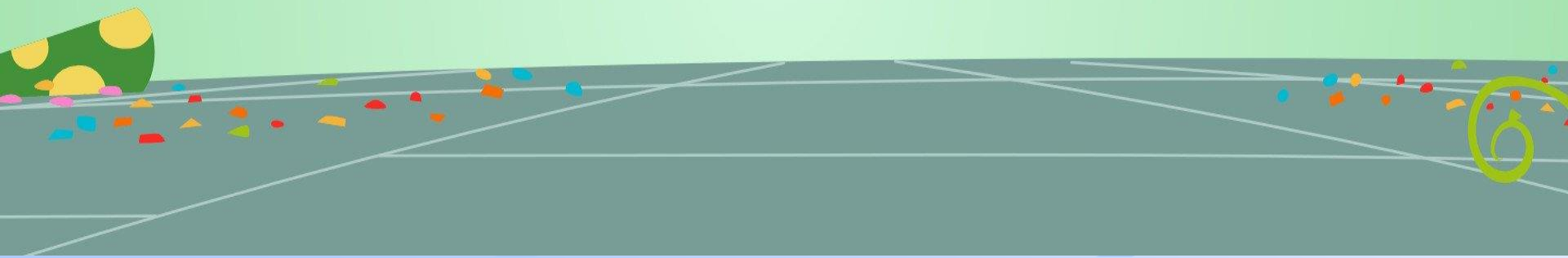
Притча об Учителе

Когда родился новый учитель, к его колыбели спустились три феи.

И сказала **первая фея**: «Ты будешь вечно молод, потому что с тобой всегда будут дети».

Вторая фея произнесла: «Ты будешь красив мыслями и душой, потому что нет более благородного призвания, чем дарить сердце детям».

Третья фея предрекла: «Ты будешь бессмертен, потому что ты продолжишь свою жизнь в своих учениках».



Спасибо за внимание!

