



Муниципальное
бюджетное дошкольное образовательное учреждение
"детский сад № 12 "Рябинка" "
городского округа город Шарья Костромской области

ПЛАН РАБОТЫ

по самообразованию педагога

ХАРИНОВОЙ

Валентины Дмитриевны

Тема:

**«Здоровьесберегающие технологии в физическом развитии
дошкольников и их применение в условиях ФГОС ДО»**

Должность: воспитатель

Рассмотрена на педагогическом совете
Протокол № 1 от «31» августа 2018 г.

Шарья, 2018

Цель: повышение профессиональной компетентности в области здоровьесберегающих технологий и применения вариативных подходов к организации оздоровительной работы.

Задачи:

1. Изучить учебную, справочную, научно-методическую литературу по вопросу здоровьесбережения;
2. Изучить возможности применения новых здоровьесберегающих технологий в работе с детьми, воспитателями ДОО;
3. Овладеть здоровьесберегающими технологиями;
4. Сохранить и укрепить здоровье детей, совершенствовать их физическое развитие, повысить сопротивляемость защитных свойств организма;
5. Формировать у детей осознанного отношения к своему здоровью;
6. Повысить педагогическую компетентность родителей по данной проблеме.

Срок реализации: 2 года (Сентябрь 2018- май 2020)

Результат работы:

1. Создание образовательной среды, формирующей здоровую, физически развитую, социально адаптированную, увлечённую спортом личность, сознательно использующую знания о здоровом образе жизни.
2. Снижение показателей заболеваемости.
3. Создание банка методических рекомендаций;
4. Создание картотек по здоровьесберегающим технологиям.

Презентация работы:

- выступления на методических объединения педагогов, руководителей ДОО города;
- публикации материалов по результатам самообразования в СМИ (сайт ДОО, периодическая печать);
- участие в конкурсном движении.

Актуальность

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 очередь 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.

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. В соответствии с Законом «Об образовании» здоровье детей относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Вопрос об укреплении и сохранении здоровья на сегодняшний день стоит очень остро. Медики отмечают тенденцию к увеличению числа дошкольников, имеющих различные функциональные отклонения, хронические заболевания.

Актуальность состоит в решении проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников. Исходя из этого, одна из главных задач направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников осознанного отношения к собственному здоровью, через использование здоровьесберегающих технологий, без которых немислим

педагогический процесс современного детского сада. Их внедрение строится на формировании осознанного отношения ребёнка к своему здоровью, которое, в свою очередь, должно стать системообразующим фактором модернизации физкультурно-оздоровительной деятельности современного детского сада.

Тема самообразования непосредственно связана с решением данной задачи - использование здоровьесберегающих технологий в воспитании у детей основ здорового образа жизни.

Сроки	Проблема	Содержание работы					Практический выход (продукт деятельности)
		Изучение научно-методической литературы	Изучение опыта коллег	Проведение мероприятий			
				С воспитанниками	С педагогами	С родителями	
Сентябрь - декабрь 2018г.	Общие положения о педагогической технологии 1.Педагогическая технология и ее характеристика 2.Условия применения педагогических технологий в образовательном процессе 3.Технологии здоровьесбережения и их виды.	Е.И.Николаева, В.И.Федорик,Е. Ю.Захарина «Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада» С.-П.2015г. О.Н.Моргунова «Физкультурно - оздоровительная работа в ДОУ» 2007г.	Посещение ГМО младшего дошкольного возраста, посещение открытых НОД в рамках акции «Открытое занятие»	<i>Проведение</i> утренней гимнастики, закаливающих мероприятий, гимнастики пробуждения, пальчиковых игр, динамических пауз, физминуток. <i>Беседа:</i> «Я расту здоровым»	<i>Консультация</i> : «Виды здоровьесберегающих технологий и особенности методики проведения». <i>Участие в семинаре-практикуме</i> «Формирование валеологического сознания у дошкольников в условиях дошкольного учреждения и семьи»	<i>Консультация</i> «Игры для здоровья» <i>Информационный стенд</i> «Волшебный массаж». <i>Изготовление папки-передвижки</i> «Закаливание»	<i>Консультации для педагогов и родителей. Оформление информационно-демонстрационного стенда для родителей. Картоотеки:</i> - <i>утренней гимнастики, пальчиковых игр, -физминуток, - гимнастики для глаз</i>
Январь – май 2019г.		Моргунова О. Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005 – 127 с. Чупаха И. В. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. М: 2003 - 143		<i>НОД</i> «В гостях у здоровья» <i>Овладение</i> и использование приемами самомассажа (игрового, точечного) <i>Разучивание</i> с детьми пословиц, загадок о спорте, ЗОЖ	<i>Мастер – класс:</i> «Игровой массаж для дыхания».	<i>Анкетирование</i> «Здоровый малыш!». <i>Индивидуальные беседы</i> «Что нужно знать о закаливании». <i>Мастер-класс</i> «Умные пальчики»	<i>Анкеты для родителей Конспект проведения занятия с воспитанниками. Конспект беседы. Картоотека пословиц, загадок о спорте и здоровом образе жизни.</i>
Сентябрь – декабрь 2019г.	Применение здоровьесберегающих технологий в соответствии с требованиями ФГОС ДО	Кузнецова М. Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. М. : АРКТИ, 2002 – 64 с.		<i>Проведение</i> утренней гимнастики, закаливающих мероприятий, гимнастики пробуждения, пальчиковых игр,	<i>Консультация</i> «Закаливание ребенка в детском саду» <i>Консультация</i> «Профилактик	<i>Консультация</i> «Мама, ножки болят» <i>Консультация</i> "Упражнения для детей по	<i>Консультации. Картоотеки утренней гимнастики, динамических пауз, гимнастики для глаз, физминуток.</i>

	1.Применение различных видов гимнастики в физическом развитии детей дошкольного возраста 2.Педагогические условия организации профилактической работы с дошкольниками 3.Вариативные подходы к организации оздоровительной работы в ДОО.	Шорыгина Т. А. «Беседы о здоровье» (методическое пособие). – М.: ТЦ Сфера, 2009. Семёнова Н. Дыхательная гимнастика Стрельниковой в школе здоровья. СПб. 2004 – 87 с.		динамических пауз, физминуток. Беседы «ЗОЖ» Проведение «Недели здоровья» Использование дыхательной гимнастики Стрельниковой.	а плоскостопия» .	методу А.Н.Стрельниковой "	Конспекты бесед с детьми. Конспект проведения развлечения. Картотека гимнастики Стрельниковой.
Январь-Май 2020г.	Организация образовательного процесса в дошкольной образовательной организации на основе здоровьесберегающих технологий 1.Критерии выбора здоровьесберегающих технологий и их комплексное использование 2.Условия внедрения здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс. 3.Требования к разработке здоровьесберегающей технологии.	Е.И.Николаева, В.И.Федорик,Е. Ю.Захарина «Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада» С.-П.2015г. М.Ю. Картушина «Оздоровительные занятия с детьми 6-7лет» М.2008г. Терновская С. А., Теплякова Л. А. Создание здоровьесберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении// Методист. - 2005.			Консультация «Су-джок терапия» Методические рекомендации «Комплекс упражнений для релаксации»	Презентация «Массажные коврики – дорожка здоровья! Игры и упражнения с использованием массажных ковриков» Консультация «О пользе водных, солнечных и воздушных процедур в летний период»	Консультации. Презентация. Методические рекомендации Памятка для родителей «Игры и упражнения с использованием Су-джока»

Лист корректировки плана по самообразованию:

Сроки	Проблема	Содержание работы					Практический выход (продукт деятельности)
		Изучение научно-методической литературы	Изучение опыта коллег	Проведение мероприятий			
				С воспитанниками	С педагогами	С родителями	

Литература:

1. Е.И.Николаева, В.И.Федорик,Е. Ю.Захарина «Здоровьесбережение и здоровьесформирование в условиях детского сада» С.-П.2015г.
2. Кузнецова М. Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. М. : АРКТИ, 2002 – 64 с.
3. М.Ю. Картушина «Оздоровительные занятия с детьми 6-7лет» М.2008г.
4. Моргунова О. Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005 – 127 с.
5. Оздоровительная гимнастика. Комплексы упражнений для детей 3-7 лет/ - М.: Мозаика-синтез, 2013.
6. О.Н.Моргунова «Физкультурно - оздоровительная работа в ДОУ» 2007г.
7. «Оздоровление детей в условиях Д/с» под редакцией Л. В. Кочетковой;
8. Семёнова Н. Дыхательная гимнастика Стрельниковой в школе здоровья. СПб. 2004 – 87 с.
9. Т.Кудрявцева, Б.Б.Егорова «Развивающая форма оздоровительной работы» Программно-методическое пособие – М.:ЛИНКА-ПРЕСС, 2007. – 296 с.
10. Т.М.Бондаренко «Физкультурно-оздоровительная работа с детьми 3-4;4-5;5-6;6-7 лет» В.2012г.
11. Терновская С. А., Теплякова Л. А. Создание здоровьесберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении// Методист. -2005.
12. Шорыгина Т. А. «Беседы о здоровье» (методическое пособие). – М.: ТЦ Сфера, 2009.