Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад 32 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по познавательно – речевому развитию детей г. Каменск- Шахтинский

Принято Утверждаю

Педагогическим советом Заведующий МБДОУ детский сад 32

от «\_\_\_»августа2018г. Приказ от «\_\_\_»августа 2018г

**План самообразования**

**Тема:**

**«Использование здоровье сберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста**

 Воспитатель Вишневская О.Д.

**Индивидуальный план работы по самообразованию.**

**Ф.И.О. педагога**\_\_Вишневская О.Д.

**Образование**\_\_средне- специальное

**Специальность**\_воспитатель

**Стаж педагогической работы**\_32

**Квалификационная категория**\_\_\_первая

**Курсы повышения квалификации**\_\_с02.10.17г-31.10.17г «Развитие дошкольников в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом дошкольного образования » 72 часа

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Здоровье - один из важнейших компонентов человеческого благополучия, счастья, одно из неотъемлемых прав гражданина, одно из условий успешного социального и экономического развития любой страны. Здоровье сбережение нации является одним из приоритетных направлений социально-экономической политики нашего государства. В числе оздоровительных мероприятий особое значение придаётся системе здравоохранительного образования. Образовательные учреждения, работающие с детьми младшего дошкольного возраста, должны формировать уровень здоровья будущего гражданина. Это очень важная и актуальная для нашего времени задача.

Не секрет, что в последние годы возрос процент детей с отклонениями в здоровье. Все меньше ребят приходит в Д О Ус первой группой здоровья, и, как ни грустно отмечать, их количество по мере взросления только уменьшается. Прослеживается тенденция к увеличению численности детей с различными хроническими заболеваниями и функциональными отклонениями (нарушения зрения, осанки, болезни крови, органов дыхания, пищеварительной системы, аллергическая, эндокринная и нервно-психическая патологии и т.д.).

Ухудшение здоровья дошкольников обусловлено различными факторами. Это и плохая экологическая обстановка, и низкий социально-экономический уровень жизни многих семей, что отрицательно сказывается на качестве питания детей, их отдыхе и физическом развитии, и кризис семьи, отражающийся на психологическом здоровье. Также рост заболеваемости детей напрямую связан и с неправильным образом жизни взрослых, который они повседневно наблюдают (дома, на улице, в телепередачах)

Здоровье закладывается в детские годы. Известно, что начальный этап систематического обучения является наиболее ответственным периодом в жизни ребенка и во многом определяет как успешность дальнейшего обучения, так и состояние здоровья. Ученые-физиологи относят к школьным факторам риска, негативно влияющим на здоровье детей:

- интенсификацию учебного процесса;

- несоблюдение физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса;

- отсутствие системы работы по формированию ценности здоровья и здорового образа жизни,

 - недостаточное использование средств физического воспитания и спорта.

В настоящее время все эти факторы могут встречаться в работе  ГПД. Причину этого следует искать в неправильной организации учебного труда детей, в неумении создавать условия для восстановления физических и духовных сил ребенка.   Как сделать так, чтобы благая цель - сохранить и укрепить их здоровье?

 Здоровье сберегающие технологии - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья.

 **Здоровье сберегающая деятельность :**
- Профилактические прививки;

 - Утренняя гимнастика;
-Подвижные и малоподвижные игры

- Два занятия физической культуры в неделю; - Динамические паузы;
-Гимнастика после сна
- Беседы о здоровье с детьми;
- Беседы о здоровье с родителями;
- Витаминизация;
- Оформление «Уголков здоровья»

**Цель:** внедрение здоровье сберегающих технологий в процесс воспитания.

**Задачи:**

 - изучить литературу о здоровье сберегающих технологиях;

 - посетить мероприятия коллег и поучаствовать в обмене опытом;

 - проводить самоанализ и самооценку собственных мероприятий;

 -обучить жизненно важным навыкам;

 - воспитать здоровый образ жизни.

**Перечень вопросов по самообразованию:**

 - сущность понятия «здоровье сберегающие технологии» и условия успешного внедрения здоровье сберегающих технологий;

 - СанПины;

 - методы и приёмы здоровьесберегающтх технологий;

 - комплексный подход к внедрению здоровье сберегающих технологий.

**Предполагаемый результат:**

Овладение здоровье сберегающими технологиями на уровне воспитательного процесса.

Повышение качества воспитания через мероприятия.

Форма отчета по проделанной работе: сообщение на пед. часе

 Форма самообразования: индивидуальная.

|  |  |
| --- | --- |
|  Этапы работы | Вид деятельности |
| Диагностический2015-2016 | 1. Анализ профессиональных затруднений.2. Определение целей и задач темы.3. Составление плана работы по выбранной теме самообразования.4. Изучение методической, педагогической и психологической литературы. |
| Прогностический2015-2017 | 1. Выступление с отчетом на педагогических часах;2. Изучение опыта работы педагогов по выбранной теме.3. Систематизация материалов методической, педагогической и психологической литературы по теме.4.Корректировка работы. |
| Практический2017-2018 | 1.Открытые мероприятия на уровне ДОУ3. Посещение семинаров.4.Самоанализ и самооценка своих мероприятий. |
| Обобщающий2018-2019 | 1.Анализ методов, форм, способов деятельности по теме самообразования. 2.Подведение итогов. 3..Оформление результатов работы.  |

 **Перспективный план работы на 2018-2019 учебный год**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Месяц** | **Формы работы** | **Изучение методической литературы по теме СО****(автор, название, год издания, издательство)** |
| **с детьми** | **с педагогами** | **с родителями** |
| **сентябрь** | Организация закаливающих мероприятий в осенний период Организация подвижных игр (ежедневно).Проведение физкультурных занятий(в течение года). Развивать эмоциональную сферу, Формировать гармоничную личность.Учить детей сохранять и укреплять здоровье.Формировать потребность в двигательной активности.Формировать потребность в двигательной активности, навыки здоровьесбережения. | Консультация Использование здоровье сберегающих технологий в ДОУ в рамках реализации ФГОС | Посещение семей.Ознакомление родителей с работой воспитателя по здоровье сберегающим технологиямИзучение индивидуальных особенностей ребенка. Знакомство родителей с условиями, содержанием, методами воспитания детей в дошкольном учреждении. | Изучение программы по возрастным группам детей.Работа с книгой Иова Е.П. «Утренняя гимнастика под музыку».Сбор и обработка данных. Оформление личных дел, карт развития.Изучить комплексы утренней гимнастики для всех возрастных групп, систематизировать музыкально-ритмические упражнения. |
| **октябрь** | Проведение динамических пауз во время занятий (в течение года).Проведение релаксации (в течение года).Проведение утренней гимнастики (каждый день).Проведение пальчиковой гимнастики (ежедневно).В качестве профилактики утомления.В качестве профилактики непропорциональной нагрузки на мышцы.В целях укрепления организма.Рекомендуется всем детям для развития моторики. | Консультация «Использование здоровье сберегающих технологий, инновационность и виды» | Консультация « Закаливание детей в осенний период. | Работа с методической литературой (ж/л «Дошкольное воспитание») Повышение знаний, сбор материала. |
| **ноябрь** | Диагностика уровня физической подготовки детей.Выявить уровень физического развития детей. Сбор и обработка данных. | Консультация « Дыхательная гимнастика, как здоровьесберегающая технология » | Выступление на собрании.Подведение итогов диагностики физического развития детей. | Обработка анкетных данных. Обновление физкультурного оборудования.Подготовка и оформление документации.Сбор информации для выбора направления работы с детьми.Создание условий для сохранения стимулирования здоровья.Сбор и обработка данных. Оформление личных дел, карт развития. |
| **декабрь** | Проведение новогоднего утреннегоРазвивать эмоционально-волевую сферу и игровую деятельность. |   Роль подвижной игры в жизни ребёнка. | Консультация | Анализ заболеваемости детей в зимний период.Сбор аналитической информации. |
| **январь** | Проведение недели здоровья.Формировать потребность в двигательной активности, развивать умение сознательно вырабатывать полезные привычки. | Консультативная – Как правильно провести гимнастику | Выставка педагогической литературы.Предоставление педагогической информации родителям по данной теме | Работа с книгой М.Ю. Картушиной «Быть здоровыми хотим» |
| **февраль** | Проведение устного журнала: «Знаем мы наверняка: нет полезней молока»Развивать эмоционально- волевую сферу и игровую деятельность | Роль подвижной игры в жизни ребёнка | Посещение родителями открытого занятия на уровне ДОУ | Работа с книгой Т. А. Шорыгиной «Беседы о здоровье» |
| **март** | Проведение беседы «Вредные привычки»Развивать эмоционально- волевую сферу и игровую деятельность | Выступление на МО « Счастливые дети-здоровые дети.» | Оформление стендов «Поговорим про зрение»Оказание педагогической помощи в решении возникших трудностей воспитания. |  |
| **апрель** | Мониторинг.Подведение итогов эффективности использования современных здоровье сберегающих технологий. | Анализ профессиональных затруднений и способы их решения. | Проведение собрание в группе «Роль совместного отдыха детей и родителей». Круглый стол. Обмен опытом.Повышение эффективности воспитательного процесса. | Анализ заболеваемости детей на протяжении всего учебного года.Сбор аналитической информации. |
| **май** | Мониторинг | ПрезентацияПодведение итогов работы | Собрание.Подведение итогов работы. Анализ результатов совместной деятельности. | Сбор информации. Пополнение методической копилки. |

**Форма  отчета  по  проделанной  работе**

1.Обобщение опыта  работы  на  уровне   ДОУ

 **Литература**

1.*Картушина М. Ю.* «Быть здоровыми хотим». – М.: ТЦ Сфера, 2004.

*2.Иова Е. П.* «Утренняя гимнастика». – М.: Просвещение.

*3.Шорыгина Т. А.* «Беседы о здоровье» (методическое пособие). – М.: ТЦ Сфера, 2009.

4.Ананьев Б.Г. Психология чувственного познания. М.: Наука, 2001. с. 279 с
5. Антропова А.П. Мониторинг здоровья в образовательном учреждении / Проблемы подготовки здорового ребенка к школе. - Курган: КГУ, 1998.С.25-28.
6. Байкова Л.А. Технология игровой деятельности. - Рязань: РГПИ, 1994. - 108 с.
7. Бальсевич В.К. Физическая подготовка в системе воспитания здорового образа жизни человека / Теория практика физической культуры. - 1980.-N1.-С.22–26.