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 |
| Диагностический  2015-2016 | 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. |
| Прогностический  2015-2017 | 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. |
| Практический  2017-2018 | 1.Открытые мероприятия на уровне ДОУ  3. Посещение семинаров.  4.Самоанализ и самооценка своих мероприятий. |
| Обобщающий  2018-2019 | 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 технологиям  Изучение 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 утреннего  Развивать 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 | Презентация  Подведение 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.