Муниципальное бюджетное дошкольное учреждение «Детский сад комбинированного вида №4 «Теремок»

города Новопавловска

***План работы по самообразованию***

**Тема по самообразованию**: «Использование здоровьесберегающих технологий в условиях реализации ФГОС ДО»

**Воспитатель первой квалификационной категории:**

**Горюнова Олеся Викторовна**

2021-2022 учебный год.

***План работы по самообразованию***

**Тема по самообразованию**: «Использование здоровьесберегающих технологий в условиях реализации ФГОС ДО»

**Дата работы над темой**: 01.10.2021

**Предполагаемая дата окончания работы**: 25.05.2022г.

**Актуальность.**

Охрана жизни и укрепление физического и психического здоровья детей – одна из основных задач дошкольного образования в соответствии с Законом «Об образовании».

Дошкольный возраст является решающим этапом в формировании фундамента физического и психического здоровья ребенка. В этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма. Но, по данным системы здравоохранения, в настоящее время состояние здоровья детей дошкольного возраста снижается. И поэтому актуально значимым и востребованным сегодня становится поиск средств и методов повышения эффективности оздоровительной работы в дошкольных образовательных учреждениях. Технологии, как эффективная система мер профилактической работы с детьми, направленная на сохранение и укрепление здоровья воспитанников, получили название «здоровьесберегающие технологии».

Тема моего самообразования непосредственно связана с решением данной задачи - «Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста».

**Цель:** «Повысить профессиональный уровень знаний по вопросу современных здоровьесберегающих технологий применяемых в работе с детьми дошкольного возраста».

**Объект самообразования**: физическое развитие дошкольников.

**Предмет самообразования**: здоровьесберегающие технологии.

**Гипотеза:** здоровьесберегающие технологии дадут возможность обеспечить высокий уровень здоровья детей и воспитание валеологической, социально – психологической и духовно – нравственной культуры, применительно к взрослым – поможет становлению культуры профессионального здоровья воспитателей ДОО и валеологическому просвещению родителей.

**Для достижения данной цели были поставлены следующие задачи:**

1. Изучить учебную, справочную, научно-методическую литературу по вопросу здоровьесбережения.

2. Учиться моделировать работу на основе изученных видов, приемов и методов здоровьесбережения (различные виды игрового массажа, самомассажа, комплексы общеразвивающих упражнений, физкультминутки, ритмические танцы, подвижные игры и т. д.).

3. Создать условия для сохранения и укрепления здоровья детей, на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада технологий здоровьесбережения.

4. Сформировать у детей основы здорового образа жизни и добиться выполнения элементарных правил здоровьесбережения.

5. Повысить педагогические знания родителей в вопросах оздоровления детей; формирование ответственности за здоровье своих детей, мотивации на здоровый образ жизни

6 . Разработать перспективный план работы с детьми.

**Предполагаемый результат:** Улучшение показателей физического развития, эмоционального состояния; Благоприятная динамика в состоянии здоровья дошкольников (снижение числа случаев заболеваний в течении года; изменение группы здоровья в благоприятную сторону); Совершенствование навыков самостоятельности; Формирование желания и стремления вести здоровый образ жизни . Здоровьесберегающие образовательные технологии– системно организованная совокупность программ, приемов, методов организации образовательного процесса, направленная на укрепление и сохранение здоровья детей; качественная характеристика педагогических технологий по критерию их воздействия на здоровье учащихся и педагогов; технологическая основа здоровьесберегающей педагогики.

**План работы по теме самообразования на год**

1.Волошина Л. Организация здоровье сберегающего пространства// Дошкольное воспитание. -2004.-N1.-С. 114-117.

2.Воротилкина И. М Физкультурно-оздоровительная работа в дошкольном образовательном учреждении. -М. : Энас, 2006-144с.

3.Горбатенко О. Ф., Т. А. Кадраильская, Г. П. Попова, Физкультурно-оздоровительная работа, Издательство «Учитель» 2007год.

4.Карепова Т. Г., Формирование здорового образа жизни у дошкольников, Издательство «Учитель» 2009год

5.Конина Е. Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей. Игровой комплект. - Айрис-пресс, 2007 -12 с.

6.Николаева Е. И. и др. Здоровьесбережение и здоровьеформирование в условиях детского сада. – М. СПб: Детство-Пресс, 2015.

7.Новикова И. М. Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников. Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М. : МОЗАИКА - СИНТЕЗ, 2 010.

8.Савельева Н. Ю. Организация оздоровительной работы в ДОУ. – Ростов-на-Дону. 2005.

9.Симкина, П. Л. Азбука здоровья : Физкультминутки здоровьесберегающей направленности / П. Л. Симкина, Л. В. Титаровский. – М. : Амрита-Русь, 2006

10.Терновская С. А., Теплякова Л. А. Создание здоровье сберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении// Методист. -2005.-N4.-С. 61-65.

11.Новые здоровье сберегающие технологии в образовании и воспитании детей. С. Чубарова, Г. Козловская, В. Еремеева // Развитие личности. -N2.-С. 171-187.

12.«Уроки Мойдодыра»/ Г. Зайцев. –СПБ. : Акцидент,1997г

13. Юматова Д.Б. Культура здоровья дошкольника. Цикл игр-путешествий. ФГОС Издатель - Детство-Пресс Год издания – 2017

14.Интернет-ресурсы

А**нализ изученной литературы:**

составление картотеки здоровьесберегающих технологий.

**Работа с детьми и семьями воспитанников**

Октябрь-май

Физкультминутки, закаливающие мероприятия, подвижные игры, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз, ритмопластика, психогимнастика, игротерапия, утренняя гимнастика и гимнастика пробуждения, физкультурные занятия.

Ежедневная работа в течение года.

|  |  |
| --- | --- |
| **Работа с детьми** | **Работа с семьей** |
| Октябрь  Знакомство с подвижными играми народов мира. | Октябрь  « Спортивная одежда и обувь для занятий физкультурой»  Индивидуальная беседа |
| Ноябрь  Разучивание утренней гимнастики с элементами ритмопластики.  Проведение утренней гимнастики . | Ноябрь  Папка-передвижка  « Виды здоровьесберегающих технологий»  Консультация для родителей |
| Декабрь- Январь  Цикл занятий и бесед «Здоровый образ жизни человека».  Составление альбома «Здоровый образ жизни». | Декабрь  Консультация для родителей «Берегите глазки»  Памятки для родителей |
|  | Январь  « Что нужно знать о закаливании»  Консультация для родителей |
| Февраль  Проведение тематического мероприятия «23 февраля»  Конкурсы, эстафеты.  Фотоотчет. | Февраль  «Виды здоровьесберегающих технологий»  Папка- передвижка |
| Март  Проект «В стране Здоровячков»  Презентация | Март  Памятка для родителей « Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья!»  Индивидуальные беседы |
| Апрель  Неделя здоровья в ДОУ  Проведение эстафет, конкурсов. | Апрель  Семинар – практикум для родителей «Изготовление дорожек здоровья»  Фотоотчет |
| Май  Спортивные игры  Игры на прогулках | Май  «Здоровье детей и обеспечение их безопасной жизнедеятельности в детском саду и дома»  Выступление на родительском собрании |

**Самореализация**

Сентябрь

Подготовка плана работы по теме самообразования, поиск литературы к изучению.

План по теме самообразования

Ноябрь

«Виды здоровьесберегающих технологий и особенности методики проведения».

Консультация для педагогов

Февраль

«Организация здоровьесберегающего пространства в группах.

Оформление памятки

Май

Отчет по теме самообразования