

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 24
«Полянка».**

План – программа саморазвития

воспитателя _____ Феденковой Ольги Владимировны
(Ф. И. О.)

Тема « Использование здоровьесберегающих технологий у дошкольников в группе»

г. Кстово

2019 г.

Содержание

- 1. Пояснительная записка**
- 2. Цель и задачи по саморазвитию**
- 3. План работы по саморазвитию**
- 4. Список литературы**

1. Пояснительная записка

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».

2. Цель и задачи работы по саморазвитию

Цель: повышение профессиональной компетенции по вопросу современных здоровьесберегающих технологий, применяемых в работе с детьми дошкольного возраста.

Задачи:

1. Изучить психолого-педагогическую, справочную, научно-методическую литературу по теме здоровьесбережения.
2. Разработать методические материалы по теме саморазвития (диагностика, НОД, консультации, РППС).
3. Внедрить разработанные материалы в практику.
4. Обобщить и представить педагогический опыт работы по теме саморазвития педагогическому сообществу.

3. План работы по саморазвитию

Сентябрь

Самореализация	1. Изучение литературы по данной теме. 2. Проведение анализа заболеваемости детей в группе. 3. Разработка перечня необходимого оборудования для уголков здоровья. 4. Оформление «Паспорта здоровья детей». 5. Разработка конспекта НОД «Путешествие в Страну здоровья».
Работа с детьми	Проведение диагностики
Работа с родителями	1. Консультация на тему: «Система здоровьесберегающих технологий в МБДОУ». 2. Выставка литературы и наглядного материала для внедрения здоровьесберегающих технологий.
Работа с педагогами	Консультация для педагогов: «Виды здоровьесберегающих технологий и особенности методики проведения».
Практический выход	1. Диагностические карты, 2. Конспекта НОД «Путешествие в Страну здоровья».

Октябрь

Самореализация	1. Подбор литературы по теме 2. Разработка перспективного плана работы с детьми в подготовительной группе по здоровьесбережению
Работа с детьми	1. Проведение утренней гимнастики, закаливающих мероприятий, пальчиковых игр, динамических пауз, физминуток и т. д.

Работа с родителями	1. Наглядная агитация «Уголок здоровья». 2. Анкетирование среди родителей «Здоровый малыш!»
Работа с педагогами	Посещение открытых мероприятий у воспитателей других ДОУ по теме саморазвития
Практический выход	1. Стенгазета: «Неболей-ка». 2. Изготовление дорожек здоровья.

Ноябрь

Самореализация	Изучение программного содержания образовательной области «Здоровье» для подготовительной группы. 1. Работа с книгой Щетинин М. Н. 2. «Дыхательная гимнастика для детей» А. Н. Стрельниковой
Работа с детьми	1. Беседа «Как мы дышим?». 2. Рассматривание плаката и анатомических атласов по теме «Дыхательная система» 3. Дидактическая игра «Волшебные пузырьки»
Работа с родителями	Опрос родителей по вопросам, позволяющих изучить культуру здоровья семьи.
Работа с педагогами	Участие в семинаре-практикуме для педагогов «Формирование валеологического сознания у дошкольников в условиях дошкольного учреждения и семьи»
Практический выход	Оформление картотек: 1. «Гимнастика для глаз», 2. «Дыхательная гимнастика».

Декабрь

Самореализация	1. Составление картотеки дыхательных гимнастик. 2. Разработка проекта «В стране Здоровячков».
-----------------------	--

Работа с детьми	Просмотр мультфильма «Невероятное путешествие Адибу в теле человека. Дыхание» Знакомство с понятием «дыхательная гимнастика». Обыгрывание комплексов дыхательной гимнастики
Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями по теме « Спортивная одежда и обувь для занятий физкультурой»
Работа с педагогами	Консультация для педагогов: «Виды дыхательной гимнастики».
Практический выход	1. Обновление физкультурного уголка. 2. Пособия для дыхательной гимнастики.

Январь

Самореализация	1. Анализ заболеваемости в зимний период 2. Работа с книгой Ткаченко Т.А. «Развиваем мелкую моторику»
Работа с детьми	1. Проведение динамических пауз во время занятий (в течение года) 2. Проведение релаксации (в течение года) 3. Проведение утренней гимнастики
Работа с родителями	Консультация для родителей «Берегите глазки»
Работа с педагогами	Семинар-практикум «Изготовление пособий для гимнастики глаз»
Практический выход	1. Конспект НОД «Тропинками здоровья» 2. Пособия «Гимнастика для глаз»

Февраль

Самореализация	1. Работа с методической литературой (ж-л «Здоровье дошкольника») 2. Ознакомление с отзывами о дыхательной гимнастике А.Н.Стрельниковой в интернете
Работа с детьми	1. Обыгрывание комплексов дыхательной гимнастики. 2. Просмотр детского телешоу «В гостях у Витаминки»
Работа с родителями	1. Консультация для родителей «Агрессивные дети» 2. Консультация «Как с пользой провести выходной день с ребенком»
Работа с педагогами	Посещение открытых мероприятий у воспитателей других ДОУ по теме саморазвития
Практический выход	1. Стенда «Как с пользой провести выходной день с ребенком» 2. Конспект НОД «Красный, жёлтый, зелёный.

Март

Самореализация	Работа с книгой М.Ю. Картушиной «Быть здоровыми хотим»
Работа с детьми	Беседа о болезнях дыхательной системы, о мерах профилактики этих болезней.
Работа с родителями	Консультация «В лес за кислородом»
Работа с педагогами	Консультация для педагогов: «Виды пальчиковой гимнастики».
Практический выход	1. Обновление физкультурного уголка. 2. Пособия для пальчиковой гимнастики.

Апрель

Самореализация	Оформление картотек: 1. «Подвижные игры», 2. «Физкультминутки»,
-----------------------	--

Работа с детьми	Спортивные состязания с детьми других групп
Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями по теме «Мама, папа, я – спортивная семья»
Работа с педагогами	Презентация проекта «В стране Здоровячков»
Практический выход	Проект «В стране Здоровячков»

Май

Самореализация	Разработка памяток, буклетов и консультаций для родителей по данной теме
Работа с детьми	Показ спектакля детям младших групп
Работа с родителями	Оформление папки – передвижки: «Виды здоровьесберегающих технологий»
Работа с педагогами	Оформление памятки «Организация здоровьесберегающего пространства в группах
Практический выход	папки – передвижки: «Виды здоровьесберегающих технологий» памятки «Организация здоровьесберегающего пространства в группах