

План работы по самообразованию

Тема: «Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста»

Воспитатель: Ботова Светлана Владимировна

Цель: создание комплексной системы познавательно-оздоровительной работы с детьми, направленной на осознанное отношение сохранения и укрепления собственного здоровья.

Задачи:

1. Изучить учебную, справочную, научно-методическую литературу по вопросу здоровьесбережения.
2. Изучить опыт других педагогов – специалистов в этой области.
3. Моделировать работу на основе изученных видов, приемов и методов здоровьесбережения (различные виды массажа, самомассажа, комплексы общеразвивающих упражнений, физкультминутки, ритмические танцы, подвижные игры ит.д.);
4. Направить жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении на сохранение и укрепление здоровья; формировать потребность в двигательной активности, навыки здоровьесбережения.
5. Организовать работу по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, простудных заболеваний;
6. Систематизировать изученную литературу.

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. Исходя из этого, одна из главных задач направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников осознанного отношения к собственному здоровью.

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

Дата начала работы над темой: сентябрь 2018.

Дата окончания работы над темой: май 2019.

Ожидаемые результаты:

- создание образовательной среды, формирующей здоровую, физически развитую, социально-адаптированную, увлечённую спортом личность, сознательно использующую знания о здоровом образе жизни;
- снижение показателей заболеваемости;
- положительная динамика показателей физического развития детей;
- формирование у детей и родителей осознанного отношения к своему здоровью.

Форма отчета по проделанной работе: Презентация проекта

План работы на 2018-2019 год

Этапы	Содержание работы	Сроки	Практическая деятельность
Диагностический	<p>Определение целей и задачи темы.</p> <p>Реализация поставленных задач, знакомство с различными формами и методами работы.</p> <p>Выявление уровня профессиональной компетентности педагога и их потребности в инновационных педагогических знаниях по данному направлению.</p> <p>Просвещение родителей, формирование мотива сотрудничества.</p>	сентябрь	<p>Изучение психолого-педагогической литературы.</p> <p>Сбор информации для выбора направления работы с детьми.</p> <p>Создание условий для сохранения стимулирования здоровья.</p> <p>Изучение индивидуальных особенностей ребенка.</p>
Практический	<p>Работа с книгой М.Ю. Картушиной «Быть здоровыми хотим»</p> <p>Оформление картотеки игр, пальчиковых гимнастик, гимнастик для глаз, релаксационных упражнений</p> <p>Проведение досугов на темы: «Быть здоровым – здорово!»</p> <p>Оформление стенда «Поговорим про зрение»</p>	октябрь	<p>Предоставление педагогической информации родителям по данной теме.</p> <p>Формировать потребность в двигательной активности, развивать умение сознательно выработать полезные привычки.</p>
	<p>Проведение динамических пауз во время занятий (в течение года).</p> <p>Проведение релаксации (в течение года).</p> <p>Проведение утренней гимнастики (каждый день).</p> <p>Проведение пальчиковой гимнастики (ежедневно).</p>	ноябрь-апрель	<p>В качестве профилактики утомления.</p> <p>В качестве профилактики непропорциональной нагрузки на мышцы.</p> <p>В целях укрепления организма.</p> <p>Рекомендуется всем детям для развития моторики.</p>
	Обобщающий	<p>Диагностика уровня физической подготовки детей.</p> <p>Оформление результатов работы.</p>	май

Перспективный план работы

Раздел плана	Форма работы	Практические выходы
Сентябрь		
Работа с детьми	Проведение осеннего праздника Организация подвижных игр (ежедневно) Проведение физкультурных занятий (в течение года)	Развивать эмоциональную сферу. Формировать гармоничную личность. Формировать потребность в двигательной активности. Формировать потребность в двигательной активности, навыки здоровьесбережения.
Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями по теме «Спортивная одежда и обувь для занятий физкультурой»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Самореализация	Продолжение изучение программы по образовательной области «здоровье»	Повышение знаний, сбор материала
Октябрь		
Работа с детьми	Проведение динамических пауз во время занятий (в течение года) Проведение релаксации (в течение года) Проведение утренней гимнастики (каждый день) Проведение пальчиковой гимнастики (ежедневно) Диагностика уровня физической подготовки детей	В качестве профилактики утомления В качестве профилактики непропорциональной нагрузки на мышцы В целях укрепления организма В качестве развития моторики Выявить уровень физического развития детей. Сбор и обработка данных
Работа с родителями	Консультация для родителей «Берегите глазки»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Самореализация	Работа с книгой Ткаченко Т.А. «Развиваем мелкую моторику»	Повышение знаний, сбор материала
Ноябрь		
Работа с детьми	Проведение тематического мероприятия «День Матери»	Развивать эмоционально-волевою сферу и игровую деятельность
Работа с родителями	Консультация для родителей «Агрессивные дети»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Самореализация	Обновление физкультурного уголка Продолжение работы с книгой Ткаченко Т.А. «Развиваем мелкую моторику»	Создание условий для сохранения здоровья Повышение знаний, сбор материала
Декабрь		
Работа с детьми	Проведение новогоднего утренника	Развивать эмоционально-волевою сферу и игровую деятельность
Работа с родителями	Консультация для родителей «Встречаем Новый год вместе с ребенком»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Самореализация	Анализ заболеваемости в зимний период	Сбор аналитической информации

Январь		
Работа с детьми	Проведение тематических дней новогодних каникул	Формировать потребность в двигательной активности, развивать умение сознательно вырабатывать полезные привычки.
Работа с родителями	Консультация для родителей «Что такое подготовка к школе?»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Самореализация	Продолжение изучения программы по образовательной области «Физическая культура»	Повышение знаний, сбор материала
Февраль		
Работа с детьми	Проведение утренника ко Дню Защитника Отечества	Развивать эмоционально-волевою сферу и игровую деятельность
Работа с родителями	Консультация «Отец как воспитатель»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Самореализация	Работа с методической литературой (ж-л «Дошкольное воспитание»)	Повышение знаний, сбор материала
Март		
Работа с детьми	Проведение утренника к 8 Марта	Развивать эмоционально-волевою сферу и игровую деятельность
Работа с родителями	Консультация «Счастье- это когда тебя понимают»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Самореализация	Работа с методической литературой (ж-л «Здоровье дошкольника»)	Повышение знаний, сбор материала
Апрель		
Работа с детьми	Досуг на тему: «Быть здоровым – здорово!»	Развивать эмоционально-волевою сферу и игровую деятельность Подведение итогов эффективности использования современных здоровьесберегающих технологий
Работа с родителями	Консультация «Готовность к школе»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Самореализация	Работа с книгой М.Ю. Картушиной «Быть здоровыми хотим»	Повышение знаний, сбор материала
Май		
Работа с детьми	Проведение праздника «День Победы»	Развивать эмоционально-волевою сферу и игровую деятельность
Работа с родителями	Консультация «Что такое патриотическое воспитание» Собрание	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме Подведение итогов работы. Анализ результатов совместной деятельности
Самореализация	Продолжение изучения основной примерной программы «Мир открытий» по образовательной области «Физическая культура» Сбор информации	Повышение знаний, сбор материала Пополнение методической копилки