**План работы по самообразованию.**

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

2018 – 2020г.

Воспитатель МКДОУ д/с «Березка» п. Такучет -

Борисова Валентина Дмитриевна.

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

**Актуальность темы:**

«Забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя.  
От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь , мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.»  
В.А.Сухомлинский  
  
Охрана здоровья детей приоритетное направление деятельности всего общества. Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Актуально именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Существуют разнообразные формы и виды деятельности , направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников. Их комплекс получил в настоящее время общее название « здоровьесберегающие технологии».  
Основные задачи – это подготовить ребёнка к самостоятельной жизни , дав ему для этого необходимые умения , навыки, воспитав определённые привычки. Формировать у дошкольников осмысленное отношение к здоровью как важной жизненной ценности, реализовать комплекс здоровьесберегающих технологий в ходе воспитательно- образовательного процесса , создание психолого – педагогических условий развития двигательной сферы и здоровья детей на основе их творческой активности.  
  
  
**Цель:** посредством внедрения современных здоровьесберегающих технологий обеспечить ребенку возможность сохранения и укрепления здоровья, сформировать необходимые знания, умения и навыки не только общеобразовательного характера, но и здорового образа жизни, научить использовать полученные знания в повседневной жизни.  
  
Задачи:

- подготовка ребёнка к самостоятельной жизни , формирование привычки к ЗОЖ ,обучения, оздоравливания детей.  
- сохранение здоровья детей и повышение двигательной активности и умственной работоспособности, создание положительного эмоционального настроения и снятие психа эмоционального напряжения.

- совершенствовать диалогическую форму речи;

-развивать монологическую форму речи.

**С 2018 года мной пройдены следующие этапы самообразования:**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Срок** | **Тема** | **Содержание работы** | **Практический выход** | **Работа с родителями** |
| Сентябрь –Май 2018-2019у.г. | «Здоровьесберегающие технологии в развитии речи детей». | Подбор и изучение литературы по теме: «Здоровьесберегающие технологии в развитии речи детей».Работа с книгой-Интегрированные физкультурно оздоровительные занятие с детьми ОНР-Н. Луконина «Физкультурные праздники в детском саду».-Е. Алябьева «Стихотворные упражнения для развития речи детей». **Разработка** Дополнительной общеобразовательная программа -по развитию уровня физической подготовленности и приобщения к здоровому образу жизни, детей дошкольного возраста 5-6 лет.  Развития мелкой моторики пальцев рук.  Сказка в физической культуре.  Подвижные игры в стихах в физической культуре .  Хороводные игры и речевое развития.  Физкульт минутки и динамические паузы на занятиях с малышами.  Считалочки, зазывалки, речёвки, девизы.  Физкультурные занятия в музыкальном ритме сказок.  Русский игровой детский фольклор. | Дополнительная общеобразовательная программа -по развитию уровня физической подготовленности и приобщения к здоровому образу жизни, детей дошкольного возраста 5-6 лет«Спортивные игры»  **«Веселая физкультура».**  Составления картотеки «Пальчиковая гимнастика по временам года».    Развлечение «Колобок в стране чудес»  Применение на физкультурных занятиях. Картотека.  Открытое занятие «Хоровод матрешек».  Картотека.  Подбор физкультминуток .  Открытое занятие «Физкультурный теремок» | Консультация «Физическое развитие+ речевое развитие»  «Речь ребенка на кончиках пальцев»  «Утренняя гимнастика с малышом»  Фото отчет по дополнительной обе развивающей программе .  «Разучивание с детьми считалок, потешек и т.д»  «Что такое физкультмингутка» |
| Сентябрь- май 219-2020 у.г. | «Здоровьесберегающие технологии в развитии речи детей». | Подбор и изучение литературы по теме: «Здоровьесберегающие технологии». **Разработка** Дополнительной общеобразовательная программа -по развитию уровня физической подготовленности и приобщения к здоровому образу жизни, детей дошкольного возраста 5-6 лет.  Проведение спортивных развлечений и праздников во всех группах в течении года.  Организация закаливающих  мероприятий в период адаптации.  Организация подвижных игр (ежедневно).  Проведение физкультурных занятий(в течение года).  Изучение программы по возрастным группам детей.  Работа с книгой  - Иова Е.П. «Степ аэробика».  - А. Буретени «Ритмическая мозайка».  - Л. Останко «Оздоровительная гимнастика для дошкольников».  -Са-фи- Дансе Танцевально игровая гимнастика для детей.  - В. Щебеко Развивающие игры по физической культуре.  Музыкальная ритмическая гимнастика.  Подвижные игры с обручем  Солевое закаливание  Изучение материала «Не навреди» | Дополнительная общеобразовательная программа - дополнительная общеразвивающая программа по развитию уровня физической подготовленности и приобщения к здоровому образу жизни, детей дошкольного возраста 5-6 лет  «Степ-аэробика»  **«Детский фитнес»**  **Изготовление степ платформ.**  Развивать эмоциональную сферу, Формировать гармоничную личность.  Учить детей сохранять и укреплять здоровье.  Формировать потребность в двигательной активности.  Формировать потребность в двигательной активности, навыки здоровьесбережения.  Изучить комплексы утренней гимнастики для всех возрастных групп, систематизировать музыкально-ритмические упражнения.  Картотека «Подвижные игры с обручем» | Консультация для родителей «Особенности адаптационного периода детей раннего возраста в условиях ДОУ» -Анкетирование для родителей «Растём здоровыми?» Консультация для родителей «Игры для развития мелкой моторики» Помощь родителей в создании предметно- развивающей среды: оформление уголка здоровья, Изготовление дорожек здоровья, пособий для мелкой моторики рук -Консультация для родителей «Закаливание детей в домашних условиях»  Рекомендации для родителей «Режим дня как средство воспитания здорового ребенка»  Папка - передвижка: " Оздоровительно - развивающие игры с детьми дома" Памятка « Пальчиковые игры»  Консультация «Солевое закаливание» |

Список использованной литературы:

Физическое развитие:

1.        Анохина И.А. Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни: методические рекомендации.- Ульяновск: УИПКПРО, 2007.-80с.

2.        Аверина И.Е. Физкультминутки и динамические паузы в ДОУ.-М: Айрис-Пресс, 2006.-136с.

3.       Анохина И.А. Модель формирования у дошкольников культуры здоровья в ДОУ: методические рекомендации.- Ульяновск: УИПКПРО, 2008.-44с.

4 .      Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие.- М.: ТЦ Сфера, 2008.- 160с.

Речевое развитие:

1.Базик И.Я. Развитие способности к наглядному пространственному моделированию при ознакомлении детей старшего дошкольного возраста с литературными произведениями: Автореф.дис….канд.психол.наук. М., 1986.

2.Вачков И.В. Сказкотерапия: Развитие самосознания через психологическую сказку. М.,2001.

3.Лаптева Г.В. Игры для развития эмоций и творческих способностей. Театральные занятия с детьми 5 – 9 лет. –СПб.:речь; М.:Сфера, 2011.

4.Лебедева Л.В., Козина И.В., Кулакова Т.В и др. Конспекты занятий по обучению детей пересказу с использованием опорных схем. Старшая группа. Учебно – методическое пособие. – М., Центр педагогического образования. 2009.

5. Шорохова О.А.Играем в сказку. Сказкотерапия и занятия по развитию связной речи дощкольников.- М.: ТЦ Сфера. 2007.

6.Ушакова О.С.Программа развития речи детей дошкольного возраста в детском саду.М.,1994.

7.Ушакова О.С.Развитие речи и творчества дошкольников:. Игры, упражнения, конспекты занятий. – М.: ТЦ Сфера, 2007.

8.Ушакова О.С., Гавриш Н.В. знакомим дошкольников с художественной литературой: Конспекты занятий. М, 1998.