

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение  
города Нижневартовска детский сад №41 «Росинка»

**15-16**

**Индивидуальный план работы по самообразованию  
Каримовой Елены Гавриловны  
на 2019-2020 учебный год**

**Тема:** "Использование здоровьесберегающих технологий в группе младшего дошкольного возраста"

**Цель:** повысить свой профессиональный уровень по вопросам здоровьесбережения в младшем дошкольном возрасте.

**Актуальность темы:** Проблема воспитания личной заинтересованности каждого человека в здоровом образе жизни в настоящее время является особенно актуальной. Ведь наблюдается тенденция к ухудшению состояния здоровья всех социально-демографических групп населения России, и, что особенно огорчает, детей дошкольного возраста. Её решение требует активного осмысленного отношения к своему здоровью и укреплению его, начиная с раннего детства.

Чтобы помочь сохранить и укрепить здоровье детей, в детском саду целесообразно использовать здоровьесберегающие технологии. Особенно важно их применение для детей младшего дошкольного возраста. Раннее детство – время, когда ребёнок растёт и развивается, с интересом познаёт, что происходит вокруг. В этот период ребёнок быстро развивается физически, психически, формируются основные черты личности ребёнка. Этот возраст является благоприятным для прививания полезных привычек, поэтому педагогу необходимо начинать формировать у ребёнка потребность к здоровому образу жизни уже с этого возраста.

Считаю задачу формирования культуры здоровья для только что поступивших в детский сад детей очень важной. Именно поэтому темой своего самообразования выбрала тему «Использование здоровьесберегающих технологий в группе младшего дошкольного возраста».

Раздел	Содержание деятельности	Сроки выполнения	Практический выход
1.Изучение методической литературы	1.Кони́на Е. Ю. «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей» 2.Маханева М.Д., Рещекова С. В. Методическое пособие для педагогов и родителей. «Игровые занятия с детьми от 3 до 4-х лет». 3.Прищепа С.С., Шатверян Т. С. «Сотрудничество детского сада и семьи в физическом воспитании дошкольников».	Сентябрь - май	Анализ изученных источников, составление картотеки здоровьесберегающих технологий.

	<p>4. Харченко Т.Е «Утренняя гимнастика в детском саду».</p> <p>5. Богина Т.И. "Современные методы оздоровления дошкольников".</p> <p>6. Гаврючина Л.В. "Здоровьесберегающие технологии в ДОУ".</p> <p>7. Новикова И.М. "Формирование представлений о здоровом образе жизни".</p> <p>8. Пензулаева Л. И. "Растем здоровыми и крепкими".</p> <p>9. Швецов А.Г. "Формирование здоровья детей в дошкольных учреждениях".</p> <p>10. Интернет-ресурсы: <a href="https://nsportal.ru/">https://nsportal.ru/</a> / <a href="https://www.maam.ru/">https://www.maam.ru/</a></p>		
2. Работа с детьми	<p>Закаливающие мероприятия, динамические паузы, подвижные игры, пальчиковые и дыхательные гимнастики, утренняя гимнастика и гимнастика пробуждения, физкультурные занятия.</p> <p>Разучивание пальчиковых игр.</p> <p>Знакомство с народными подвижными играми.</p> <p>Беседы о здоровье и здоровом образе жизни.</p>	<p>Сентябрь-май</p> <p>Октябрь</p> <p>Ноябрь</p> <p>Январь</p>	<p>Ежедневные мероприятия на протяжении учебного года.</p> <p>Минутки пальчиковых игр.</p> <p>Физкультурный досуг «На лесной опушке».</p> <p>Кукольный спектакль «Как зайка здоровье потерял».</p>

	Обучение ритмическим движениям под музыку.	Февраль	Досуг «Дисотека для малышей».
	Обучение играм с мячом.	Апрель	Физкультурный досуг «Мой весёлый звонкий мяч».
	Игры с песком.	Май	Досуг «В песочной стране».
3.Работа с родителями	Консультация «Режим дня в детском саду и дома»	Сентябрь	Выступление на родительском собрании.
	Организация предметно-развивающей среды, способствующей укреплению здоровья детей.	Сентябрь-май	Ежеквартальные конкурсы «Самоделкины».
	Подготовка фотоколлажа семейных фотографий.	Октябрь	Фотоколлаж «Мы за здоровый образ жизни»
	Мероприятие с участием детей и родителей.	Ноябрь	Вечер подвижных игр.
	Подготовка к круглому столу: сбор необходимой информации, составление плана, конспекта проведения, подготовка памяток.	Январь	Круглый стол «Здоровье малыша».
	Консультация «Безопасное лето».	Апрель	Папка-передвижка в родительском уголке.
	Подготовка отчёта о проделанной работе за учебный год.	Май	Презентация для родителей (на родительском собрании) «Мы растём здоровыми!»
4.Обобщение опыта (самореализац	Сбор материалов, конспектов по теме самообразования.	Сентябрь - май	Оформление папки с материалами по теме самообразования.

ия)	Составление плана работы, подготовка списка литературы по теме самообразования для изучения.	Сентябрь	План работы по самообразованию.
	Мастер-класс для педагогов «Особенности работы с детьми младшего дошкольного возраста по формированию представлений о здоровом образе жизни».	Ноябрь	Выступление на педсовете.
	Подготовка фотоотчёта по подготовке развивающей среды, способствующей сохранению и укреплению здоровья детей.	Февраль	Участие в конкурсе среди групп детского сада.
	Консультация для педагогов «Эффективные формы работы с родителями детей младшего дошкольного возраста».	Апрель	Круглый стол для педагогов по обмену опытом.
	Подготовка отчёта о проделанной работе по теме самообразования.	Май	Выступление на итоговом педсовете.

#### **Отчет о проделанной работе:**

- сообщение на педсовете,
- подбор и оформление методических материалов,
- подборка конспектов занятий,
- показ открытого занятия....

#### **Перспективы на следующий год:**

1. Продолжать работу по теме: «Использование здоровьесберегающих технологий в группе среднего дошкольного возраста»

2. Продолжать работу по разработке новых игр и игровых упражнений по теме «Использование здоровьесберегающих технологий в группе среднего дошкольного возраста»,
3. Изучить новинки методической литературы по теме «Использование здоровьесберегающих технологий в группе среднего дошкольного возраста»
4. В работе с родителями планирую ( беседы, памятки, организация совместных досугов).

**Памятка для анализа процесса самообразования:**

1. Оправдал ли себя план. Как он сочетался с годовыми задачами ДООУ и индивидуальной темой самообразования.
2. Чей педагогический опыт изучался. Этапы разработки материала.
3. Что в результате проведенной работы удалось сделать? ( с детьми, с родителями)
4. Перечень вопросов, которые оказались трудными в процессе работы над темой.
5. Постановка новых задач.