Пояснительная записка

Самообразование – это целенаправленная познавательная деятельность, управляемая самой личностью для приобретения системных знаний в какой- либо области науки, техники, культуры, политической жизни и т.п.  С.И. Ожегов определяет самообразование как «приобретение знаний путем самостоятельных занятий без помощи преподавателя». Самообразование позволяет пополнять и конкретизировать свои знания, осуществлять глубокий и детальный анализ возникающих в работе с детьми ситуаций.  Педагог, владеющий навыками самостоятельной работы, имеет возможность подготовиться и перейти к целенаправленной научно-практической, исследовательской деятельности, что свидетельствует о более высоком профессиональном, образовательном уровне, а это, в свою очередь, влияет на качество воспитательно-образовательного процесса и результативность педагогической деятельности.

Важным условием профессионализма является правильно организованная и проводимая работа по самообразованию. В этом каждому воспитателю помогает планирование свой работы, правильный анализ деятельности, постановка целей, выбор форм и методов. С этой целью воспитатели составляют различные планы самообразования. Ниже представлен опыт работы по данному направлению.

Тема педагогического самообразования:

«Формирование основ правильного питания у дошкольников»

Направление: познавательно – оздоровительное

План самообразования

1. Ф.И.О. педагога - Вахрушева Татьяна Васильевна.

2. Образование - высшее, 1 квалификационная категория.

3. Тема самообразования: «Формирование основ здорового и правильного питания».

 4. Работа начата -01.09.2010 г.

 5. Предполагается закончить - 30.05.2015 г.

 6. Цель: создание комплексной системы познавательно - оздоровительной работы с детьми, направленной на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей и воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья:

 7. Задачи:

- подобрать и систематизировать материал по познавательно - оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста

- разработать демонстрационный и раздаточный материал детьми

- создать нетрадиционные формы работы ( в том числе и презентации)

- разработать и оформить в виде информационных листов, буклетов, папок – передвижек, газет материалы для родителей

- привлечь родителей к организации оздоровительной работы с детьми

- изучить и привлекать в своей работе парциальные программы: Ю.П. Климович «Учимся правильно питаться», М. Безруких, Т. Филлипова «Разговор о правильном питании».

 В соответствии с ФГТ:

- разработать перспективные планы по всем образовательным областям;

- разработать модель образовательного процесса, отвечающего ФГТ;

- апробировать данную модель на практике.

8. Предполагаемый результат:

- переоценка педагогических ценностей, своего профессионального назначения; желание улучшить образовательный процесс.

9. Форма самообразования:

- индивидуальная.

10. Действия и мероприятия, проводимые в процессе работы над темой:

- изучение литературы по теме;

- посещение НОД у воспитателей своего ДОУ и района;

-посещение и выступление, обмен опытом педсоветов, семинаров, конференций;

- самоанализ и самооценка НОД в своей группе;

- разработка модели образовательного процесса, отвечающего ФГТ

-апробация разработанной модели на практике. Внесение необходимых корректив;

- проведение серии открытых мероприятий для анализа со стороны коллег;

- обобщение результатов на заседании методического объединения.

11. Практический выход: семинар-практикум.

12. Форма отчета по проделанной работе: сообщение на [педсовете](http://planetadetstva.net/pedagogam/pedsovet); презентация по теме.

Ожидаемые результаты:

- создание образовательной среды, формирующей здоровую, физически развитую, социально адаптированную, увлечённую личность, сознательно использующую знания о здоровом образе жизни;

- снижение показателей заболеваемости;

- положительная динамика показателей личностного развития детей;

- формирование у детей и родителей осознанного отношения к своему здоровью.

Перспективный план на 2012 – 2013 учебный год

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Содержание деятельности | Форма отчетности | Сроки проведения |
|  Методическая работа |
| Изучение методической литературы по теме | Оформление и пополнение папки по основам правильного питания  | Постоянно |
| Создание фотоальбома по теме: «Наши любимые семейные блюда» | Наличие альбома | Октябрь |
| Изготовление пособий для проведения НОД, дидактических игр, сюжетно – ролевых игр. | Наличие пособий | Ноябрь-февраль |
| Консультация для педагогов на тему: « Здоровое питание – это здорово» | Контроль старшего воспитателя: Юсибовой В.В. | Ноябрь |
| Разработка долгосрочного проекта «Хлеб – всему голова». | Наличие проектаУчастие на республиканском конкурсе: «Планета открытий 2013» | Декабрь, май – сентябрь( посадка и сбор пшеницы) |
| Оформление картотеки игр, пальчиковых игр, стихов, рассказов ( По теме «Продукты», «Овощи, «Фрукты». «Столовый этикет»,«Правильные продукты». | Наличие картотек | Март-апрель |
| Работа с детьми |
| Наблюдение за поведением детей, за закреплением знаний и навыков, умений культурно – гигиенического характера в повседневной жизни | Анализ показателей умений, навыков в самостоятельной деятельности, в режимные моменты.  | Постоянно |
| Проведение познавательных мероприятий, организация сюжетно-ролевых, дидактических игра на знакомство и закрепление знаний детей по теме самообразования. |  | Постоянно |
| Создание комплекта демонстрационного и раздаточного материала для НОД | Оформление развивающей среды в группе | Ноябрь, декабрь |
| Проведение «Недели здоровья» («Правильно питаемся – здоровья набираемся») | Контроль старшего воспитателя | 1 раз в 3 месяца |
| Изготовление коллажей по теме: «Здоровое питание», «Я моя семья и удмуртские блюда» | Контроль старшего воспитателя | Ноябрь |
| Беседы с детьми о ЗОЖ (о здоровом питании) | Наличие конспектов бесед | Постоянно |
| Проведение семинара – практикума с воспитателями на тему: «Чайная церемония» , «Бутербродная страна» | Конспект семинара | Апрель |
| Разучивание с детьми стихотворений, загадок о правильном питании. | Применение детьми знаний в самостоятельной деятельности | Постоянно |
|  Работа с родителями |
| 1. Родительское собрание по теме «Здоровье и правильное питание». Анкетирование родителей. 2.Знакомство с итогами мониторинга, индивидуальная беседа.3.Наглядная информация для родителей: «Организация питания дома и в детском саду». 1. Памятка «Правила здорового питания дошкольников». 2.Выставка поделок из природного, бросового и упаковочного материала полезных продуктов. 3. Наглядная информация для родителей: «Правила этикета для малышей и их родителей». Ноябрь  1.Наглядная информация для родителей: «Организация правильного питания в семье». 2.Памятка. «Как не надо кормить ребенка: «Семь великих и обязательных «не». 3. Консультация для родителей «Питание ребёнка и его здоровье» Декабрь  1.Памятка «Режим питания ребенка дошкольника» 2.Создание альбома «Откуда хлеб пришел?» Январь 1.Консультация для родителей «Секреты хорошего аппетита», Наглядная информация для родителей: 2."Возможные варианты блюд для ужина" Февраль 1.Наглядная информация для родителей: «Где найти витамины весной?» 2. Памятка: «Оформление детских блюд». Март  1.Папка-передвижка «Азбука правильного питания». 2.Составление картотеки игр на тему «Правильное питание». Апрель 1. Консультация для родителей «Овощи и фрукты – витаминные продукты». 2.Выставка работ совместного (родителей и детей) творчества «Корзина здоровья». Май 1.Фотогазета «Знатоки правильного питания».2.Проведение тематического родительского собрания «Витаминиада или школа правильного питания». | Наличие конспектов, анкет, наглядной информации. | СентябрьОктябрьНоябрьДекабрьЯнварьФевральМартАпрельМай |

 Перспективное планирование на 2013 – 2014 учебный год.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Раздел плана | сроки | Формы работы |
| Работа с детьми | СентябрьСентябрь - Май наблюдение во время самостоятельных игр детей в течение всего года | 1.Разработать перспективное планирование по теме кружковой работы: «Правильно питаемся – здоровья набираемся».2.Мониторинг знаний, умений и навыков в области формирования основ правильного питания.3.Подобрать и разнообразить в соответствии с возрастом картотеку игр, стихов, рассказов . |
| Работа с родителями | СентябрьОктябрьНоябрьДекабрьЯнварьВ течении годаФевральМартАпрельМай | 1.Итоги мониторинга беседа индивидуальная с родителями.Индивидуальная консультация «Организация здорового питания в семье».2.Папка-передвижка: «Правильное питание для роста и развития малышей».3.Конкурс выставка: « Что за чудо этот овощ».1.Консультация «Едим в кругу семьи»2.Папка передвижка: «Основные свойства продуктов питания».3.Совместное развлечение для детей и их родителей « Кулинарный поединок» совместно с библиотекой.1.Индивидуальная беседа «Питание ребёнка в детском саду».2.Папка - передвижка: «Почему важен режим питания?».3.Стенгазета: «Выпечка удмуртского народа».4.Показ открытого НОД «Хлеб - всему голова».1.Индивидуальная консультация «Как помочь малоежкам». «Почему у детей пропадает аппетит?»2.Папка передвижка « Меню Новогоднего стола»1.Обновление стенда в группе «Вредные продукты. Какие болезни мы приготовили для своих детей?»2.Организация обновления с помощью родителей предметно развивающей среды (салфетки, организация музея хлеба, поваренку Саше сшить обновку и т. д.)1.Индивидуальная беседа «Культура поведения ребёнка дома и в детском саду». 2.Экскурсия на хлебозавод села Шаркан. Встреча с интересными людьми села (Мама пекарь-кондитер).1.Консультация«Оставьте выбор за ребёнком»2.Беседа «Вред жевательной резинки»1. Коллаж «На вкус и на цвет товарищей нет»2.Викторина «Мы здоровые ребята»1.Чаепитие. Проводится вместе с родителями в виде праздника-развлечения. 2.Большая книга стихов и загадок о фруктах и овощах.  |
| Самореализация | 2.Октябрь3.Апрель4.В течении года | 1.Показ открытых мероприятий.2.Выступление с опытом работы на семинарах – практикумах «Применение мультимедийных презентаций в своей работе с детьми».3.Участие РМО « Проектная деятельность детей средней группы».4.Разработка конспектов НОД с учетом регионального компонента. |
| Изучение методической литературы | В течении года | 1.Сонькин В.Д. «Законы правильного питания»2.Алексеева, А. С. «Организация питания детей в дошкольном учреждении: пособие для воспитателей детского сада».3.Алексеева, Р. Г. « Особенности формирования основ правильного питания в дошкольном возрасте». 4.АнтоновЮ.Е. Кузнецов М.Н. «Здоровый дошкольник: социально – оздоровительные технологии 21 века». |