**План по самообразованию**

**Тема: «Нетрадиционное использование здоровьесберегающих технологий в физическом воспитании и оздоровлении дошкольников»**

***Автор: Калашникова Галина Ивановна, воспитатель***

***МБДОУ «Федоровский детский сад «Теремок» Кайбицкого муниципального района РТ»***

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

**Задачи:**

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

- разработать демонстрационный и раздаточный материал для проведения занятий с детьми

- создать нетрадиционные пособия для профилактики плоскостопия, нарушения осанки у детей

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

- привлечь родителей к организации оздоровительной работы с детьми

**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;

**Отслеживание результата**

Разработан м**ониторинг**(здоровья, физической подготовленности, валеологической культуры, анкетирование родителей):

1. диагностика валеологической компетентности дошкольников;
2. анализ состояния здоровья;
3. диагностика физической подготовленности;
4. первичное и конечное анкетирование родителей.

5) разработаны карты здоровья

**Перспективный план на период 2013 – 2018г.г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Мероприятия | Содержание работы | Месяц/год  | Отчет о выполнении |
| **Методическая работа** |
| Изучение методической литературы, интернет ресурсов по здоровьесберегающим технологиям | Оформление и пополнение папок («Для родителей», «Для педагогов», «Для детей») по здоровьесберегающим технологиям в группе | ежегодно | Оформление и пополнение папки по здоровьесберегающим технологиям в ДОУ |
| Изучение методической литературы интернет ресурсов по теме «Гимнастика в детском саду» | Изготовление пособий для проведения утренней гимнастики, гимнастики пробуждения. | 2014 | Оформление и пополнение папки по теме «Гимнастика в детском саду» в ДОУ |
| Разработка долгосрочных проектов «Сундучок здоровья»«Быть здоровым – здорово!»«Богат мир насекомых» | Работа по проектам | 201420152016 | Наличие проекта |
| Изучение методической литературы, интернет ресурсов по теме «Оздоровление детей в детском саду» | Оформление картотеки игр, пальчиковых гимнастик, гимнастики для глаз, релаксационных упражнений и т.д. | 2014- 2017 | Оформление и пополнение папки по теме «Оздоровление детей в детском саду » в ДОУ |
| Изучение методической литературы, интернет ресурсов | Создание комплекта демонстрационного и раздаточного материала для занятий | 2014- 2018 | Наличие пособий |
| Создание предметно – развивающей среды в группе | Оформление физкультурно-оздоровительного центра в группе | 2014- 2018 | Оформление физкультурно-оздоровительного центра в группе |
| **Работа с детьми** |
| Анализ, изучение детей | Анализ показателей заболеваемости, уровень здоровья | 2014 | Анализ показателей заболеваемости, уровней физического развития |
| Применение собранного материала на практике | Проведение закаливающих мероприятий, гимнастики пробуждения, пальчиковой гимнастики, динамических пауз, элементов релаксации. | 2014- 2018 | Контроль заведующей ДОУ |
| Проведение «Недель здоровья» | по плану работы на год | 2014- 2018 | Контроль заведующей ДОУ |
| Беседы с детьми о ЗОЖ | по плану работы на год | 2014- 2018 | Наличие конспектов бесед |
| Проведение соревнований, мероприятий | по плану работы на год | 2014- 2018 | Конспект развлечения |
| Участие в соревнованиях и конкурсах на уровне района и детского сада | по плану работы на год | 2014- 2018 | Конспект развлечения, фотоотчет, наличие грамот |
| Организованная деятельность | Разучивание с детьми пословиц, загадок о спорте, ЗОЖ | 2014- 2018 | Контроль заведующей ДОУ |
| **Работа с родителями** |
| Консультации, беседы, мастер – класс «Умные пальчики», 2013г.; «Как помочь детям с плоскостопием», 2014г.; «Укрепляем здоровье всей семьёй», 2015г.; «Кинезотерапия - как средство сохранения и укрепления здоровья детей дошкольного возраста», 2016г.;**Семинары:** «Здоровье детей в наших руках» 2014г.,«Воспитание ЗОЖ дошкольника»,2016г. | по плану работы на год | 2014- 2018 | Конспекты, презентации проведенных мероприятий |
| Выпуск периодической оздоровительной газеты | Наличие газет, фотоотчетов | 2014- 2018 | Наличие газет |
| Просветительская деятельность | Подготовка материала в уголок для родителей на разную тематику («Неболей-ка!», «Здоровье в наших руках», «Сундучок здоровья» и др.) | 2014- 2018 | Наличие буклетов, папок- передвижек |
| Распространение информационных буклетов, памяток о здоровом образе жизни | Изготовление информационных буклетов, памяток о здоровом образе жизни | 2014- 2018 | Распространение буклетов, памяток родителям |
| Опрос родителей | Анкетирование, собеседование, опрос | 2014- 2018 | Анализ анкет |
| Проведение тематических родительских собраний | по плану работы на год | 2014- 2018 | Протокол родительского собрания |
| Проведение соревнований, мероприятий | по плану работы на год | 2014- 2018 | Конспекты проведенных мероприятий |
| Участие в соревнованиях и конкурсах на уровне района и детского сада | по плану работы на год | 2014- 2018 | Конспект развлечения, фотоотчет, наличие грамот |

**Список используемой литературы**

1. Белая К. Ю., Зимонина В. А. «Как обеспечить безопасность дошкольников: конспекты занятий по основам безопасности детей дошкольного возраста» М. : Просвещение, 2000 – 94 с.

2. Глазырина Л. Д. Физическая культура дошкольникам: программа и программные требования М. : 1999 – 144 с.

3. Зимонина В. А. Воспитание ребёнка – дошкольника. Расту здоровым. М. ;ВЛАДОС, 2003-304 с

4. Кузнецова М. Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. М. : АРКТИ, 2002 – 64 с.

5. Моргунова О. Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005 – 127 с.

6. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста М. : 2004

7. Рунова М. А. Двигательная активность ребёнка в детском саду М. : 2000 – 256 с.

8. Семёнова Н. Дыхательная гимнастика Стрельниковой в школе здоровья. СПб. 2004 – 87 с.

9. Чупаха И. В. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе. М: 2003 - 143 с.