**План по самообразованию воспитателя первой младшей группы Гарафутдиновой Д.Р.**

**План по самообразованию**

2015 - 2020 гг.

МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 82», город Нижнекамск.

Воспитатель Гарафутдинова Диляра Рафисовна.

**Тема:** **«Приобщение детей к здоровому образу жизни»**

Актуальность: перед детским садом в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей. Известно, что здоровье только на 7-8% зависит от здравоохранения и более чем на половину – от образа жизни человека. Забота о ЗОЖ – это основа физического и нравственного здоровья, а обеспечить укрепление здоровья можно только путем комплексного решения педагогических, медицинских и социальных вопросов.

Цель: организовать физическое воспитание в ДОУ таким образом, чтобы оно обеспечивало каждому ребенку разностороннее и гармоничное развитие, помогало ему использовать резервы своего организма для сохранения, укрепления здоровья и повышения его уровня; приобщение детей и родителей к здоровому образу жизни.

Задачи:

-охранять и укреплять здоровье детей, совершенствовать их физическое развитие, повышать свойства организма, улучшать физическую и умственную работоспособность;

- объединить усилия сотрудников и родителей для эффективной оздоровительной работы;

-формировать у всех участников образовательного процесса осознанное отношение к своему здоровью;

-воспитывать в детях, родителях потребность в здоровом образе жизни как показателе общечеловеческой культуры;

-развивать основные физические способности (силу, быстроту, ловкость и др.), приобщать детей к спорту;

-способствовать усвоению правил соблюдения гигиенических норм и культуры быта;

-усвоить правила питания и закрепить представление о пользе овощей и фруктов;

- закреплять представления о влиянии природных факторов окружающей среды на здоровье.

Предполагаемый результат:

1.Овладение детьми навыками ЗОЖ;

2.Снижение количества наиболее часто встречающихся в дошкольном учреждении заболеваний;

3.Совершенствование системы физического воспитания на основе реализации индивидуального подхода;

4.Повышение заинтересованности работников детского сада и родителей в укреплении здоровья дошкольников;

5.Стимулирование повышения внимания дошкольников и их родителей к вопросам здоровья, питания, здорового образа жизни, рациональной двигательной активности.

**План по самообразованию на 2015-2016 учебный год.**

**Этапы работы.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание работы | Сроки |
| 1 | **Теоретический этап.**- Анализ и подбор научно – методической литературы;- создание материально-технических, организационных, научно методических условий;- изучение статей в журналах «Воспитатель ДОУ», «Дошкольное воспитание», «Ребенок в детском саду»;- поиск материалов в Интернете. | В течение года. |
| 2 | **Практический этап.**-Внедрение опыта работы;-консультативная помощь педагогам и родителям;-участия в Муниципальных, Всероссийских интернет - конкурсах;-выступление на медико-педагогическом совете;-подготовка к семинарам;-оформление папки-передвижки;-изготовление картотеки с общеразвивающими упражнениями; -презентации по теме самообразования. | Сентябрь – Май. |
| 3 | **Итоговый этап.**-Сравнительный анализ за год;-анализ работы по теме самообразования. | Апрель – май. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Название мероприятия | Сроки |
| 1 | Изучение методической литературы:1. Здоровый образ жизни «Я и мое здоровье» (программа занятий, упражнений и дидактических игр), автор Т.А.Тарасова, Л.С.Власова; Москва 2008г.2. Программа развития «Человек», автор А.И.Иванова; Москва 2005г.3. Система оздоровления дошкольников «Здоровячок», авторы Т.С.Никонорова, Е.М. Сергиенко, Воронеж 2007г. | Сентябрь |
| 2 | Родительское собрание «Здоровье ребенка в наших руках» | Сентябрь |
| 3 | Выступление на медико-педагогическом совете по теме «Организация подвижных игр с детьми раннего возраста» | Октябрь |
| 4 | Аттестация на первую категорию. | Ноябрь |
| 5 | Участие в Муниципальном конкурсе «Здоровье детей раннего возраста» | Ноябрь |
| 6 | Подготовка к семинару «Роль организации проведения прогулок в зимний период для формирования здорового образа жизни детей» | Декабрь |
| 7 | Участие во Всероссийском интернет - конкурсе «Здоровое поколение» | Январь |
| 8 | Изготовление картотеки с общеразвивающими упражнениями «Упражнения для развития двигательных психических качеств ребенка» | Февраль |
| 9 | Оформление сборника консультаций для родителей «Здоровье детей» | Март |
| 10 | Отчёт по теме самообразования. | Апрель |
| 11 | Итоговое родительское собрание по теме «Растим малышей здоровым»  | Апрель |
| 12 | Презентация для родителей на тему «Приобщение детей к здоровому образу жизни» | Апрель |
| 13 | Выступление на итоговом педсовете «Здоровый образ жизни. Его принципы и составляющие» | Май |

**План по самообразованию на 2016-2017 учебный год.**

**Этапы работы.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание работы | Сроки |
| 1 | **Теоретический этап.**- Анализ и подбор научно – методической литературы;- создание материально-технических, организационных, научно методических условий;- изучение статей в журналах «Воспитатель ДОУ», «Дошкольное воспитание», «Ребенок в детском саду»;- поиск материалов в Интернете. | В течение года. |
| 2 | **Практический этап.**-Внедрение опыта работы;-консультативная помощь педагогам и родителям;-участия в Муниципальных, Всероссийских интернет - конкурсах;-выступление на медико-педагогическом совете;-подготовка к семинарам;-оформление папки-передвижки;-участие в выставке подделок; -презентации по теме самообразования. | Сентябрь – Май. |
| 3 | **Итоговый этап.**-Сравнительный анализ за год;-анализ работы по теме самообразования. | Апрель – май. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Названия мероприятия  | Сроки |
| 1 |  Изучение методической литературы:1. Учебно-методические журналы: «Управление ДОУ», «Дошкольное воспитание», «Ребенок в детском саду», «Дошкольная педагогика», «Обруч», «Воспитатель ДОУ».2. Шукшина С.Е. «Я и мое тело»: пособие для занятий с детьми с практическими заданиями и играми. – М.: Школьная Пресса, 2004г.3. Кузнецова М. Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. М. :АРКТИ, 2002г. | Сентябрь |
| 2 | Родительское собрание «Ребенок и его здоровье» | Сентябрь |
| 3 | Участие в региональных семинарах. | Октябрь |
| 4 | Участие во Всероссийском интернет – конкурсе «Все для детского сада» | Октябрь |
| 5 | Консультация для педагогов «Приобщение детей к здоровому образу жизни через создание развивающей среды» | Ноябрь |
| 6 | Разработка собственных средств наглядности. | Ноябрь |
| 7 | Выступление на медико-педагогическом совете по теме "Укрепление и профилактика здоровья дошкольников" | Ноябрь |
| 8 | Прохождение курсов по повышению квалификации. | Декабрь |
| 9 | Участие в выставке подделок к Новому году. | Декабрь |
| 10 | Оформление папки-передвижки «Закаливание детей в современных условиях» | Январь |
| 11 | Участие в Муниципальном конкурсе «Профессионал - 2017» | Февраль |
| 12 | Отчёт по теме самообразования. | Март |
| 13 | Презентация для родителей на тему «ДОУ-территория здоровья» | Апрель |
| 14 | Итоговое родительское собрание по теме «Пусть наши дети никогда не болеют» | Апрель |

**План по самообразованию на 2017-2018 учебный год.**

**Этапы работы.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание работы | Сроки |
| 1 | **Теоретический этап.**- Анализ и подбор научно – методической литературы;- создание материально-технических, организационных, научно методических условий;- изучение статей в журналах «Воспитатель ДОУ», «Дошкольное воспитание», «Ребенок в детском саду»;- поиск материалов в Интернете. | В течение года. |
| 2 | **Практический этап.**-Внедрение опыта работы;-консультативная помощь педагогам и родителям;-участия в Международных, Всероссийских интернет - конкурсах;-выступление на медико-педагогическом совете;-подготовка к семинарам;-подбор новых развивающих игр;-участие в выставке рисунков; -презентации по теме самообразования. | Сентябрь – Май. |
| 3 | **Итоговый этап.**-Сравнительный анализ за год;-анализ работы по теме самообразования. | Апрель – май. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Названия мероприятия | Сроки |
| 1 | Изучение методической литературы: 1.Лазарева Н. Н. Комплексный подход в организации здорового образа жизни ребёнка: Методические рекомендации для работников ДОУ // Н. Н. Лазарева, А. А. Асташкина. Тольятти, 2004г.2. Яковлева Т. С. «Здоровьесберегающие технологии воспитания в детском саду» — М. :Школьная Пресса, 2006г.3. Павлова М.А., Лысогорская М.В. «Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения» - Волгоград, Издательство «Учитель», 2012г. | Сентябрь |
| 2 | Родительское собрание «Быть здоровым – здорово!» | Сентябрь |
| 3 | Подбор новых развивающих игр для детей раннего возраста «Развиваемся играя» | Октябрь |
| 4 | Участие в Международном конкурсе «Ты – гений!» | Ноябрь |
| 5 | Консультация для педагогов «Береги здоровье» | Декабрь |
| 6 | Участие в выставке рисунков к Новому году. | Декабрь |
| 7 | Выступление на медико-педагогическом совете на тему «Азбука здоровья» | Январь |
| 8 | Участие в региональных семинарах. | Февраль |
| 9 | Участие во Всероссийском интернет – конкурсе «Талант с колыбели» | Март |
| 10 | Выступление на педагогическом совете по теме «Школа здорового человека» | Март |
| 11 | Итоговое родительское собрание по теме «Забота о здоровье ребенка» | Апрель |
| 12 | Презентация для родителей на тему «Если хочешь быть здоров…» | Апрель |
| 13 | Отчёт по теме самообразования. | Май |

**План по самообразованию на 2018-2019 учебный год.**

**Этапы работы.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание работы | Сроки |
| 1 | **Теоретический этап.**- Анализ и подбор научно – методической литературы;- создание материально-технических, организационных, научно методических условий;- изучение статей в журналах «Воспитатель ДОУ», «Дошкольное воспитание», «Ребенок в детском саду»;- поиск материалов в Интернете. | В течение года. |
| 2 | **Практический этап.**-Внедрение опыта работы;-консультативная помощь педагогам и родителям;-участия в Международных, Всероссийских интернет - конкурсах;-публикации на сайтах;-подготовка к семинарам;-подготовка к конференциям;-участие в спартакиаде;-подбор новых развивающих игр;-участие в выставке рисунков; -презентации по теме самообразования. | Сентябрь – Май. |
| 3 | **Итоговый этап.**-Сравнительный анализ за год;-анализ работы по теме самообразования. | Апрель – май. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п Названия мероприятия Время проведения | Названия мероприятия | Сроки |
| 1 | Изучение статей в журналах:1. «Воспитатель ДОУ»
2. «Дошкольное воспитание»
3. «Ребенок в детском саду»
 | Сентябрь |
| 2 | Родительское собрание «О здоровье всерьез» | Сентябрь |
| 3 | Консультация для педагогов «Закаливание - фактор укрепления и сохранения здоровья детей» | Октябрь |
| 4 | Подготовка к аттестации на высшую категорию | Ноябрь |
| 5 | Публикация собственного опыта педагогической деятельности в социальной сети работников образования nsportal.ru | Декабрь |
| 6 | Участие в семинарах, конференциях ДОУ | Декабрь |
| 7 | Участие в Международных, Всероссийских интернет - конкурсах, семинарах. | Январь |
| 8 | Подбор новых развивающих игр для детей раннего возраста «Разложим по порядку» | Январь |
| 9 | Участие в спартакиаде среди семей воспитанников дошкольных образовательных учреждений Нижнекамского муниципального района. | Февраль |
| 10 | Участие в выставке рисунков на тему «8 Марта» | Март |
| 11 | Итоговое родительское собрание по теме «Здоровый образ жизни» | Апрель |
| 12 | Презентация для родителей на тему «Здоровье - родители и дети» | Апрель |
| 13 | Отчёт по теме самообразования | Май |
| 14 | Выступление на итоговом педсовете «Здоровье — категория педагогическая» | Май |

**План по самообразованию на 2019-2020 учебный год.**

**Этапы работы.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание работы | Сроки |
| 1 | **Теоретический этап.**- Анализ и подбор научно – методической литературы;- создание материально-технических, организационных, научно методических условий;- изучение статей в журналах «Воспитатель ДОУ», «Дошкольное воспитание», «Ребенок в детском саду»;- поиск материалов в Интернете. | В течение года. |
| 2 | **Практический этап.**-Внедрение опыта работы;-консультативная помощь педагогам и родителям;-участие в Международном фестивале педагогического мастерства;- участие во Всероссийском педагогическом конкурсе;- выступление на медико-педагогическом совете;-подготовка к семинарам;-подготовка к конференциям;- создание авторских дидактических игр для детей 2 – 3 лет;-оформление папки-передвижки. | Сентябрь – Май. |
| 3 | **Итоговый этап.**-Сравнительный анализ за год;-анализ работы по теме самообразования. | Апрель – май. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Названия мероприятия | Сроки |
| 1 | Изучение методической литературы: 1.Брязгунов И.П. «Научите детей не болеть» - Москва, Гуманитарный издательский центр «Владос», 2004г.2.Новикова И.М. «Формирование представлений о здоровом образе жизни у дошкольников» - М.: Мозаика-Синтез, 2010г.3.В.Т. Кудрявцев, Б.Б.Егоров «Развивающая педагогика оздоровления» Линка-пресс Москва2000.4.П.П. Буцинская, В.И. Васюкова «Общеразвивающие упражнения в ДОУ» Москва» Просвещение»1990г.5.Конина Е.Ю. Формирование культурно-гигиенических навыков у детей. Игровой комплект.- Айрис-пресс, 2007 -12 с. | Сентябрь |
| 2 | Родительское собрание «Здоровые дети – в здоровой семье  | Сентябрь |
| 3 | Участие в городском семинаре «Здоровье педагога - залог успеха в работе!» | Октябрь |
| 4 | Изучение статьи на тему «Здоровье вашего ребенка». | Октябрь |
| 5 | Выступление на медико-педагогическом совете по теме «Сохранение, укрепление и восстановление здоровья детей в ДОУ  | Ноябрь |
| 6 |  Создание авторских дидактических игр для детей 2 – 3 лет:-«Волшебный мешочек»-«Сухой бассейн»-«Что внутри?» | Декабрь |
| 7 | Участие в Международном фестивале педагогического мастерства «Вдохновение» | Декабрь |
| 8 | Оформление папки-передвижки «Здоровый образ жизни» | Январь |
| 9 | Участие в конференции ДОУ «Здоровье и питание» | Февраль |
| 10 | Участие во Всероссийском педагогическом конкурсе «Академия дошкольного образования» | Март |
| 11 | Итоговое родительское собрание по теме «Чтобы дети росли здоровыми…» | Апрель |
| 12 | Отчёт по теме самообразования. | Май |