# 

# 

# 

# План работы:

# По самообразованию 2016 – 2017

# учебный год.

Инструктора по физической культуре высшей категории

МКДОУ детский сад «Берёзка» г. Каргат.

Шмакова Татьяна Ивановна.

План по самообразованию.

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

Актуальность:

Здоровье детей зависит не только от физических особенностей. Прежде всего, здоровье ребёнка с первых дней жизни зависит от микроклимата, который его окружает. Это обстоятельство налагает на членов семьи, в первую очередь на родителей, особую ответственность. Здоровьесберегающая технология – это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействия всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребёнка на всех этапах его обучения и развития. В концепции дошкольного образования предусмотрено не только сохранение, но и активное формирование здорового образа жизни и здоровья воспитанников.

Цель:

Продолжать повышать профессиональную квалификацию по вопросу современных здоровьесберегающих технологий.

Задачи:

1. Продолжать изучать учебную, справочную, научно- методическую литературу по вопросу здоровьесбережения.

2. Учиться моделировать работу на основе изученных видов, приемов и методов здоровьесбережения (комплексы дыхательной гимнастики, гимнастики пробуждения, подвижные игры, физкультминутки)

3. Направить жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении на сохранение и укрепление здоровья.

4. Систематизировать изученную литературу.

5. Использование интернет ресурсов.

1.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Раздел плана | Сроки | Форма работы | Практические выходы |
| Изучение литературы | Сентябрь, май | Подбор специальной литературы | Приобретение дополнительных теоретических знаний |
| Диагностика физ – го развития | Октябрь, апрель | Выявление физической подготовленности и двигательных навыков | занятия |
| Оформление картотеки игр, пальчиковой гимнастики, гимнастики для глаз, релаксационных упражнений. | Ноябрь | Подбор специальной литературы | Приобретение материала для практических занятий |
| Разучивание с детьми пословиц, загадок о спорте, ЗОЖ | Декабрь | Подбор загадок, пословиц о ЗОЖ и спорте | Занятие, беседа |
| Консультация для родителей «Берегите глазки» | Январь | Подбор литературы | Консультация для родителей |
| «Для чего нужна утренняя гимнастика» | Февраль | Подбор литературы | Консультация для родителей |
| Развиваем мелкую моторику | Март | Подбор литературы | Индивидуальные занятия с детьми |
| Что нужно знать о закаливании | Апрель | Подбор литературы | Беседа с детьми |
| «День здоровья» | Подготовка конспекта и проведение мероприятия | Развлечение «День здоровья» |
| Отчёт по теме | Май | Подготовка литературы | Реферат |

План:

Литература:

1.Юматова А.В. – «Формирование здорового образа жизни дошкольников» журнал (дошкольное воспитание) – 2002 №3

2.Н.В. Нежина «Дошкольное воспитание» 2004 №4

3.Гаврюгина Л.В. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» 2008

4.Издательство (Сфера) серия «Здоровый малыш»

5.Л.И. Пензулаева «Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста»

6.Л.И. Пензулаева «Подвижные игры и игровые упражнения для детей 3 – 5 и 5 – 7 лет»

7. Поиск материала в интернете.

2.