

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 125 «Яблонька»

Программа саморазвития на 2021 – 2022 гг.

Подготовил: **Жукова А. П.**
воспитатель высшей
квалификационной категории

г. Дзержинск, 2021г.

Тема: « Взаимодействие ДООУ и семьи по вопросам здоровьесбережения детей среднего дошкольного возраста»

Дата начала работы над темой: 01.09.2021 год

Предполагаемая дата окончания работы: 31.05.2022 год

Цель: повышение своего теоретического уровня, профессионального мастерства и компетентности.

Задачи:

- Продолжать изучать учебную, справочную, научно- методическую литературу по вопросу здоровьесбережения.
- Учиться моделировать работу на основе изученных видов, приемов и методов здоровьесбережения (комплексы дыхательной гимнастики, гимнастики пробуждения, подвижные игры, физкультминутки).
- Создать условия для сохранения и укрепления здоровья детей, на основе комплексного и системного использования доступных для детского сада средств физического воспитания.
- Направить жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении на сохранение и укрепление здоровья.
- Организовать работу по профилактике нарушений опорно-двигательного аппарата, зрения, простудных заболеваний.
- Разработать прогулки по временам года.
- Систематизировать изученную литературу.

Актуальность:

В соответствии с Законом “Об образовании” здоровье детей относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Вопрос об укреплении и сохранении здоровья на сегодняшний день стоит очень остро. Медики отмечают тенденцию к увеличению числа дошкольников, имеющих различные функциональные отклонения, хронические заболевания. Исходя из этого, одна из годовых задач нашего ДООУ направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов, воспитанников осознанного отношения к собственному здоровью».

Перспективный план самообразования педагога:

Раздел плана	Форма работы	Практические выходы
Сентябрь		
Работа с детьми	Проведение Дня Здоровья Проведение осеннего праздника Организация подвижных игр (ежедневно) Проведение физкультурных занятий (в течение года)	Учить детей охранять и укреплять свое здоровье Развивать эмоциональную сферу. Формировать гармоничную личность. Формировать потребность в двигательной активности. Формировать потребность в двигательной активности, навыки здоровьесбережения.
Работа с родителями	Индивидуальные беседы с родителями по теме « Спортивная одежда и обувь для занятий физкультурой»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Самореализация	Продолжение изучение программы по образовательной области «здоровье»	Повышение знаний, сбор материала
Октябрь		
Работа с детьми	Проведение динамических пауз во время занятий (в течение года) Проведение релаксации (в течение года) Проведение утренней гимнастики (каждый день) Проведение пальчиковой гимнастики (ежедневно) Проведение осеннего праздника Диагностика уровня физической подготовки детей	В качестве профилактики утомления В качестве профилактики непропорциональной нагрузки на мышцы В целях укрепления организма В качестве развития моторики Развивать эмоционально- волевою сферу и игровую деятельность. Выявить уровень физическо развитиядетей. Сбор и обработка данных.
Работа с родителями	Консультация для родителей «Берегите глазки»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Работа с педагогами	Участие в семинаре-практикуме для педагогов «Формирование валеологического сознания у дошкольников в условиях дошкольного учреждения и семьи» с открытым просмотром мероприятия «Путешествие в Страну здоровья».	

Самореализация	Оформление «Паспорта здоровья детей». Разработка конспекта ООД «Путешествие в Страну здоровья». Работа с книгой Ткаченко Т.А. «Развиваем мелкую моторику»	Повышение знаний, сбор материала
Ноябрь		
Работа с детьми	Проведение тематического мероприятия «День Матери» Знакомство с презентацией «Хорошо или плохо»	Развивать эмоционально-волевою сферу и игровую деятельность
Работа с родителями	Консультация для родителей «Агрессивные дети»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Самореализация	Разработка проекта «Копилка здоровья». Обновление физкультурного уголка. Оформление картотеки: «Гимнастика для глаз» Продолжение работы с книгой Ткаченко Т.А. «Развиваем мелкую моторику» Разработка презентации «Хорошо или плохо»	Создание условий для сохранения здоровья Повышение знаний, сбор материала
Работа с педагогами	Посещение НОД у воспитателей ДООУ по формированию ЗОЖ. Мастер – класс: «Игровой массаж».	
Декабрь		
Работа с детьми	Проведение новогоднего утренника Ознакомление с презентацией для детей «Мы здоровью скажем «Да!»	Развивать эмоционально-волевою сферу и игровую деятельность
Работа с родителями	Индивидуальные беседы «Что нужно знать о закаливании». Семинар - практикум: «Изготовление дорожек здоровья». Консультация для родителей «Встречаем Новый год вместе с ребенком» Консультация - презентация «Мы здоровью скажем «Да!»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Самореализация	Оформление картотеки: «Дыхательная гимнастика» Анализ заболеваемости в зимний период. Разработка презентации для детей и родителей «Мы здоровью скажем «Да!»	Сбор аналитической информации

	и буклета «Здоровый образ жизни семьи – залог здоровья ребёнка»	
Работа с педагогами	Буклет «Здоровый образ жизни семьи – залог здоровья ребёнка»	
Январь		
Работа с детьми	Проведение тематических дней новогодних каникул Ознакомление с презентацией для детей «Секреты здоровья»	Формировать потребность в двигательной активности, развивать умение сознательно вырабатывать полезные привычки.
Работа с родителями	Консультация - презентация «Секреты здоровья!» Консультация «Здоровый образ жизни семьи – залог здоровья ребёнка» Публикация статьи в журнале ДОУ «Здоровые дети – в здоровой семье»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Самореализация	Продолжение изучение программы по образовательной области «Физическая культура», «Игры по ЗОЖ», «Пальчиковые игры». Разработка презентации для детей и родителей «Секреты здоровья»	Повышение знаний, сбор материала. Публикация статьи в журнале ДОУ.
Февраль		
Работа с детьми	Проведение утренника ко Дню Защитника Отечества	Развивать эмоционально- волевую сферу и игровую деятельность
Работа с родителями	Консультация « Отец как воспитатель» Проведение родительского собрания «Здоровье наших детей»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Самореализация	Работа с методической литературой (ж-л «Дошкольное воспитание») Оформление картотеки «Игры по ЗОЖ»	Повышение знаний, сбор материала
Март		
Работа с детьми	Проведение утренника к 8 Марта	Развивать эмоционально- волевую сферу и игровую деятельность
Работа с родителями	Консультация «Счастье- это когда тебя понимают»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
Самореализация	Работа с методической литературой (ж-л «Здоровье дошкольника»)	Повышение знаний, сбор материала

	Оформление картотек «Пальчиковые игры».	
Работа с педагогами	Мастер – класс: «Игровой массаж».	
Апрель		
Работа с детьми	Развлечение «День Земли» Мониторинг	Развивать эмоционально- волевую сферу и игровую деятельность Подведение итогов эффективности использования современных здоровьесберегающих технологий
Самореализация	Продолжение изучения основной примерной программы «Мир открытий» по образовательной области «Здоровье»	Повышение знаний, сбор материала
Работа с педагогами	Обобщение результатов работы по теме на заседании методического объединения. Презентация проекта «Копилка здоровья»	Предоставление коллегам – педагогам информации по данной теме в виде обобщения опыта работы
Май		
Работа с детьми	Открытое мероприятие «Путешествие в Страну здоровья» Проведение праздника «Весеннее развлечение»	Развивать эмоционально- волевую сферу и игровую деятельность
Работа с родителями	Анкетирование среди родителей «Здоровый малыш!». Индивидуальные беседы «Что нужно знать о закаливании».	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме Подведение итогов работы. Анализ результатов совместной деятельности

Используемая литература:

1. Антонов Ю.Е.Здоровый дошкольник. Оздоровительные технологии 21 века /Ю.Е.Антонов. - М.: Аркти, 2011.
2. Алямовская В.Г. Как воспитать здорового ребенка / В.Г.Алямовская-М.,1993.
3. Бондаренко А. К. Дидактические игры в детском саду: Книга для воспитателя детского сада. М., 1991.
4. Бочкарева О. И. Система работы по формированию здорового образа жизни. Старшая группа, Волгоград: ИТД «Корифей»
5. ВолошинаЛ.Организацияздоровьесберегающего пространства//Дошкольное воспитание.-2004.-№1.-С.114-117.
6. Деркунская В. А. Игры- эксперименты с дошкольниками, М.: Центр педагогического образования, 2012.
7. Нищева Н. В. Картотека подвижных игр, упражнений, физкультминуток, пальчиковой гимнастики. СПб.:2009.
8. Климова Т.В. Здоровьесберегающий аспект воспитательно- образовательных программ для детей дошкольного возраста, НГПУ
9. Новикова,Е.Л. Здоровьесберегающая направленность в развитии речевой деятельности дошкольников, М.: 1999.
- 10.Свирская Л. Работа с семьей: необязательные инструкции: Методическое пособие для работников дошкольных образовательных учреждений./Л.Свирская. - М.:ЛИНКА-ПРЕСС,2007.
11. Федорцева, М.Б. Здоровье сберегающая деятельность педагога дошкольного образовательного учреждения: учебно-методическое пособие/М.Б. Федорцева, Т.В. Шелкунова.-Новокузнецк : МОУ ДПО ИПК, 2009.-116с. –(Образование и здоровье).
12. Чубарова, С.Новыездоровьесберегающие технологии в образовании и воспитании детей/ С.Чубарова, Г. Козловская, В. Еремеева // Развитие личности.-№2.-С.171-187.
13. Щетинин, М.Н. Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей, М.: 2007.