**План работы по самообразованию**

**на 2018 – 2019 учебный год**

Воспитателя Пеняйкиной Олеси Сергеевны

**Тема: «Использование современных программ и технологий в оздоровлении детей дошкольного возраста».**

**Актуальность:**  Проблема раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Под здоровым образом жизни мы понимаем активную деятельность людей, направленную на сохранение и улучшение здоровья. Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду. Вся жизнедеятельность ребенка в дошкольном учреждении должна быть направлена на сохранение и укрепление здоровья.

  Любую педагогическую деятельность следует начинать только после того, как будет получена и проанализирована информация о состоянии здоровья и уровне физического развития дошкольников.

**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:**

1. Повысить собственный уровень знаний путём изучения необходимой литературы по самообразованию.

2. Подобрать и систематизировать материал по физкультурно-оздоровительной работе с детьми дошкольного возраста.

3. Разработать и оформить в виде информационных листов, буклетов, папок – передвижек, газет материалы для родителей.

4. Привлечь родителей к организации оздоровительной работы с детьми.

5. Подготовить проект по **использованию современных программ и технологий в оздоровлении детей дошкольного возраста «Ключ к здоровью»**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №П/п | Форма работы | Срок | Ожидаемый результат | Отметка о выполнении |
| 1 | “Использование здоровьесберегающих педагогических технологий в дошкольных образовательных учреждениях” /А.М. Сивцова //Методист. – 2007 | Сентябрь - октябрь | Консультация для родителей  «Как сформировать основы здорового образа жизни у детей дошкольного возраста» |  |
| 2 |  «Здоровьесберегающие технологии обучения: индивидуально-ориентированный подход», Ахутина Т.В. изд. Москва 2000г. | Ноябрь-декабрь  | Провела анкетирование для родителей «Организация питания и двигательной активности детей, выполнения режимных моментов в семье» |  |
| 3 | «Физическое развитие и развитие детей дошкольного возраста» Н. П. Кочетова. Изд. Просвещение Москва 2008г. | Январь-февраль | Разработала цикл бесед о здоровом образе жизни |  |
| 4 | «Развивающие занятия по физической культуре и укреплению **здоровья для дошкольников»** Н. Ф. Дик, Е. В. Жердева. Ростов – на – Дону 2005г. | Март-апрель | Оформила картотеки утренней гимнастики и подвижных игр для подготовительной к школе группы |  |
| 5 | «Новые **здоровье сберегающие технологии** в образовании и воспитании детей». С. Чубарова, Г. Козловская, В. Еремеева // Развитие личности. -N2.-С. 171-187. | Май | Подготовила проект по **использованию современных программ и технологий в оздоровлении детей дошкольного возраста «Ключ к здоровью»**  |  |