Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад №2 «Рябинка»

План по самообразованию

на 2018 – 2019 учебный год

инструктора по физической культуре

Бондаренко О. Н.

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

Мегион, 2018г.

**Тема: Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми дошкольного возраста**

**Цель:** повышение своего теоретического уровня, профессионального мастерства и компетентности по данной теме

**Задачи:**

 **1.** Изучить передовой опыт и новые подходы в организации оздоровления и укрепления физического и психологического здоровья детей.

 **2.** Систематизировать собранный материал по теме:«Здоровьесберегающие технологии в работе инструктора по физической культуре ДОУ»;

 **3.** Внедрить в работу инструктора по физической культуре ДОУ здоровьесберегающие технологии.

**План работы по самообразованию**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Раздел плана*** | ***Сроки*** | ***Форма работы*** |
|  |
| ***Подготовительный этап (теоретический)*** | Сентябрь | Изучение методической литературы: 1.Волошина Л. Организация **здоровье** сберегающего пространства //Дошкольное воспитание. -2004.-N1.-С. 114-117. 2.Терновская С. А., Теплякова Л. А. Создание **здоровьес**берегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении// Методист. -2005.-N4.-С. 61-65.3.Алямовская В.Г. Новые подходы к планированию образовательной работы в детском саду. - //Управление ДОУ, N3, 2002г., с. 21 – 27.4.Сократов Н.В. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей. –М.: ТЦ Сфера, 2005 г. Изучение статей в журналах:«Воспитатель ДОУ»,«Дошкольное воспитание»,«Ребенок в детском саду». |
|  | Разработка перспективного плана работы с детьми по данной теме |
| ежеквартально | Посещение городских МО |
| ***Основной этап*** |
| ***С детьми*** | Сентябрь | Мониторинговые исследования по выявлению знаний детей. День здоровья «Уроки здоровья» |
| Октябрь  |  Спортивный досуг «В тридесятом царстве»  |
| Ноябрь | День здоровья «Вместе весело шагать» |
| Декабрь | Спортивный досуг: «Мой край - Югра» |
| Январь | Развлечение «Что нам нравится зимой» |
| Март |  День здоровья «Спортивные состязания» |
| Апрель | Досуг «Космодром здоровья» |
| Май | Спортивное развлечение по пожарной безопасности» |
| ежемесячно | Применение собранного материала на практике |
| ***Взаимодействие с родителями.*** | Сентябрь | Анкетирование «Что мы знаем о ЗОЖ?» |
| Октябрь  | Совместное спортивное развлечение «Здоровью зеленый свет» |
| Ноябрь | 1.Наглядный материал «Здоровый образ жизни семьи»2.Буклет «Молодая семья – здоровая семья» |
| Декабрь | 1.Папка-передвижка «Закаляйся, если хочешь быть здоров!»2.Буклет на тему «Осанка вашего ребёнка». |
| Январь | 1.Консультация «Игры и упражнения для детей при плоскостопии»2.Памятка «Игры на массажных ковриках» |
| Февраль | Консультация «Комплекс упражнений для осанки» |
| Март | Советы на тему «Зарядка для красивой осанки» |
| Апрель | Наглядная агитация «Чистые руки – залог здоровья» |
| ***Взаимодействие с педагогами*** | В течение года | Разработка и проведение совместных спортивных праздников и развлечений с элементами валеологии, здоровьесбережения.  |
| В течение года | Предоставление материалов, картотек по здоровьюсбережению для использования с детьми в режимных моментах.  |
| ***Оснащение пед.процесса*** | Октябрь |  Изготовление «Знаки здоровья» |
| Ноябрь | Подбор упражнений по релаксации с учетом рекомендаций педагога – психолога |
| Декабрь | Подбор картотеки пробуждающей гимнастики |
| Январь | Подбор картотеки самомассажа с использованием мячей «ежиков» |
| Февраль | Подбор картотеки массажа и самомассажа |
| Апрель | Подбор картотеки стопотерапии |
| Май | Подбор картотеки зрительной гимнастики |
| В течение года | изготовление нестандартного спортивного оборудования и пополнение спортивных уголков дидактическими играми. |
|  |
| ***Заключительный этап*** | Май | подведение итогов на основе результатов педагогического мониторинга |