**ПЛАН ПО САМООБРАЗОВАНИЮ.**

**ТЕМА: «Использование здоровьесберегающих технологий в работе с детьми».**

**ЦЕЛЬ: создать благоприятные условия для сохранения и укрепления здоровья детей с помощью здоровьесберегающих технологий, объединить усилия педагогов и родителей по формированию представлений о здоровом образе жизни у детей.**

**ЗАДАЧИ: изучить учебную, методическую литературу по вопросу здоровьесбережения.**

**Создать условия для сохранения и укрепления здоровья детей, на основе системного использования доступных для детского сада технологий здоровьесбережения.**

**Сформировать основы здорового образа жизни и добиться выполнения элементарных правил здоровьесбережения.**

**Повысить педагогические знания родителей в вопросах оздоровления.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Раздел плана** | **Содержание работы** | **Сроки реализации** |
| **Самореализация** | **1.Подбор и изучение методической литературы, интернет ресурсов по здоровьесберегающим технологиям.**  **2.Проведение анализа заболеваемости детей в группе.**  **3.Пополнить физ. уголок новым оборудованием.**  **4.Разработка конспекта НОД « Лесная полянка здоровья».**  **5.Проведение спортивного развлечения: « День здоровья».**  **6.Оформление картотек: « Дыхательная гимнастика», « Физкультминутки», « Игры по ЗОЖ», « Пальчиковые игры».**  **7.Сделать своими руками маски для подвижных игр.**  **8.Провести конкурс стенгазет « Мы здоровье бережем».**  **9.Разработка памяток, буклетов, консультаций для родителей по данной теме.**  **10.Презентация по итогам года « Быть здоровыми хотим».** | **Сентябрь- май**  **Октябрь, апрель**  **Ноябрь**  **Октябрь**  **Март**  **Сентябрь- октябрь**  **Сентябрь**  **Март**  **Январь- май**  **Май** |
| **Работа с детьми** | **1.Проведение гимнастики, закаливающих мероприятий, пальчиковых игр, динамических пауз, физминуток.**  **2.Проведение занятий по ФИЗО с инструктором по ФИЗО.**  **3.Мониторинг по образовательной области « Здоровье».**  **4.Проведение дней здоровья.**  **5.Беседы с детьми о здоровом образе жизни.**  **6.Знакомство с подвижными играми народов мира.**  **7.Разучивание утренней гимнастики с элементами ритмопластики.**  **8 .Придумывание движений музыкальных физкультминуток.**  **9.Проведение спортивных развлечений совместно с инструктором ФИЗО.** | **ежедневно**  **3 раза в неделю.**  **Сентябрь, апрель**  **Ежемесячно**  **Сентябрь- май**  **Октябрь**  **В течении года**  **Апрель**  **1 раз в месяц** |
| **Работа с родителями** | **1.Консультация по теме «Как организовать двигательный режим дома»**  **2.Выставка литературы и наглядного материала для внедрения здоровьесберегающих технологий.**  **3.Оформление папки- передвижки « Виды здоровьесберегающих технологий»**  **4.Оформление уголка « Уголок здоровья».**  **5.Анкетирование родителей « Здоровый ребенок».**  **6.Родительское собрание.**  **7.Пополнение домашней игротеки играми на тему: « Оздоровительно- развивающие игры с детьми дома».**  **8.Подготовка к спортивному мероприятию с участием семей воспитанников.**  **9..Презентация по итогам года по теме ЗОЖ.** | **Сентябрь**  **Ноябрь**  **Декабрь**  **Апрель- май**  **Май**  **Май**  **Сентябрь- май**  **Февраль**  **май** |

**Список литературы: Савельева Н. Ю « Организация оздоровительной работы в ДОУ»**

**Карепова Т.Г. « Формирование здорового образа жизни у дошкольников».**

**СимкинаП.Л. « Азбука здоровья».**

**Чубарова С. « Новые здоровьесберегающие технологиив образовании и воспитании детей.**