

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №52 «Матрешка»

План самообразования по теме:
**«Использование здоровьесберегающих технологий в
работе с детьми дошкольного возраста»**

Составил: воспитатель
Дорохова И. В.

2022 г.

Актуальность

Отношение ребенка к своему здоровью является фундаментом, на котором можно будет выстроить потребность в здоровом образе жизни. Это потребность зарождается и развивается в процессе осознания ребенком себя как человека и личности. Отношение ребенка к здоровью напрямую зависит от сформированности его сознания этого понятия. Основы здорового образа жизни у детей дошкольного возраста определяются наличием знаний и представлением об элементах здорового образа жизни (Гигиенических процедур, двигательной активности и умением реализовывать их в поведении и деятельности доступными для ребенка способами: мыть руки, чистить зубы, делать зарядку и т. д.). Для того чтобы сохранить здоровье ребенка необходимо объединить усилие взрослых, в первую очередь родителей и воспитателей, с целью создания во круг него атмосферы, наполненной привычкой здорового образа жизни. Вопрос об укреплении и сохранении здоровья на сегодняшний день стоит очень остро. Медики отмечают тенденцию к увеличению числа дошкольников, имеющие различные хронические заболевания. Исходя из этого одна из главных задач направлена на сохранение и укрепление здоровья детей, формирование у родителей, педагогов осознанного отношения к собственному здоровью. Тема самообразования непосредственно связана с решением данной задачи – использование здоровья сберегающих технологий в воспитании у детей основ здорового образа жизни.

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 свою компетентность по данной теме.
- 2) Дать детям общее представление о здоровье, как о ценности.
- 3) Сохранять и укреплять здоровье детей, совершенствовать их физическое развитие, повышать свойства организма.
- 4) Усвоить правила питания и закрепить представление о пользе овощей и фруктах.
- 5) Повышение педагогической активности по данной проблеме.

№	Месяц	Содержание работы
1	Сентябрь	Анкетирование родителей
2	Октябрь	Изготовление буклетов для родителей «Волшебные витамины в стане здоровья»
3	Ноябрь	Консультация для родителей «Игры для здоровья»
4	Декабрь	Изготовление «Дорожек здоровья»
5	Январь	Информационный стенд для родителей «Волшебный массаж»
6	Февраль	Изготовление папки передвижки «закаливание»
7	Март	Консультация «Роль семьи, формирование здорового образа жизни»
8	Апрель	Спортивное развлечение «Мы растем сильными и смелыми»
9	Май	Оформление памятки «Организация здоровья берегающего пространства в группах для педагогов»