**План по самообразованию «Формирование культуры здоровья у детей группы кратковременного пребывания».**

Воспитателя первой квалификационной категории: Тереховой С.В.

**Тема:** «Формирование культуры здоровья у детей раннего возраста».

**Цель:** повысить профессиональную компетентность в формирование основ здорового образа жизни у детей от 6 месяцев до 3х лет.

**Задачи:**

-повысить собственный уровень знаний путем изучения методической литературы

-пополнить физкультурный нетрадиционными пособиями и оборудованием, картотекой подвижных игр и оздоровительных упражнений.

- повысить педагогическое мастерство в использовании здоровье сберегающих технологий

- подготовить презентацию для педагогов

- формировать представления детей о здоровье, особенностях его сохранения и укрепления.

-развивать культурно-гигиенические навыки и навыки самообслуживания; познавательный интерес; творческие способности.

- обогащать двигательный опыт детей; вызвать желание заботиться о своем здоровье.

- повысить компетентность родителей по вопросам сохранения и укрепления здоровья детей.

**Выход темы:**

Оформление папки передвижки.

**Тема:** «Основы воспитания культуры здоровья у детей раннего дошкольного возраста» (ноябрь)

Провести мастер-класс для педагогов по теме: «Дорожка здоровья своими руками» (январь)

Консультация для родителей.

**Тема:** «Здоровый ребёнок – счастливая семья» (февраль)

Отчёт о проделанной работе за учебный год. Выступление на педсовете ДОУ (май)

**Актуальность:**

Актуальность темы, состоит в решении проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников.

С каждым годом возрастает процент детей, имеющих отклонения в здоровье. Это связано с массой негативных явлений современной жизни.

Поэтому главными задачами по укреплению здоровья детей являются формирование у детей представлений о здоровье как одной из главных ценностей жизни, формирование здорового образа жизни. И начинать решать эти задачи важно с самого раннего возраста.

Именно в раннем возрасте необходимо дать детям основы здорового образа жизни (соблюдение режима, гигиенических процедур, двигательной активности).

Важно не только рассказать обо всём, но ещё и показать детям на примерах, включить их в деятельность, которая им самим интересна.

Литература:

1 С. Н. Теплюк «Занятия на прогулке с малышами. – Мозаика-Синтез, Москва 2010.

2 Алямовская В. Г. Как воспитать здорового ребенка-М. ,1993.

3 Здоровье сберегающее пространство дошкольного образовательного учреждения под. ред. Н. И, Крылова. -В. Изд. «Учитель», 2009.

4 Степаненкова Э. Я. Сборник подвижных игр-М., – Мозаика-Синтез, 2015

Интернет – ресурсы:

1 этап – организационно – ознакомительный

-Изучение и конспектирование специальной методической литературы, газетных и журнальных статей, материалов из опыта работы, интернет-ресурсов.

- Составление списка литературы.

- Разработка практического материала по теме самообразования (план, картотеки, конспекты, рекомендации).

2 этап – основный

**План мероприятий по самообразованию:**

Сентябрь - Анализ двигательной активности детей в группе.

Изучить опыт работы педагогов ДОУ по данной теме.

Индивидуальные беседы с родителями на тему «Определение уровня знаний о здоровом образе жизни».

Октябрь - Изготовление картотеки подвижных игр.

Ноябрь - Внедрение в режим двигательной активности новых игровых заданий.

 Привлечение родителей к изготовлению массажных ковриков.

Декабрь - Рассматривание демонстрационного материала на тему «Здоровье»,

 «Прогулка зимой с пользой для здоровья».

Январь - Создание картотеки

«Оздоровительные упражнения»

Рисование на тему: «Лепим мы снеговика ".

Февраль - «Приобщение детей к здоровому образу жизни через создание предметно развивающей среды».

Оформление консультации

«Здоровый ребёнок– счастливая семья»» в родительском уголке.

Март - Просмотр серии видеосюжетов на тему «Азбука здоровья».

Показ презентации

«Использование нестандартного физкультурного оборудования в ДОУ как эффективного средства приобщения детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни»

Апрель - Заучивание стихов, песенок, потешек по данной теме. Организация фотовыставки «С физкультурой мы дружны, нам болезни не страшны»

Май - Подбор атрибутов к сюжетно-ролевой игре «Умываться любят все».

Подготовка презентации на педсовет.

3 этап – заключительный

- публикации консультаций для родителей в средствах массовой информации (группа «Бусинки» в ВК)

- обобщение из опыта работы;

- отчет на педсоветах;

- оформление выставки самодельного спортивного инвентаря.