

Рассмотрено

Заседание педсовета

Протокол № 1 от 31.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Заведующий  Е.С. Бабич

Приказ № 78 от 31.08.2023 г.



План по самообразованию.

Тема: «Приобщение детей к здоровому образу жизни».

Группа разновозрастная (вторая младшая 3-4 года; средняя 4-5 лет).

Муниципального дошкольного образовательного учреждения детский сад №3 «Солнышко» Кимрского района Тверской области.

Воспитатель: Баранова Юлия Александровна.

2023-2024 гг.

Цель: способствовать формированию привычек здорового образа жизни, привитию стойких культурно - гигиенических навыков у дошкольников.

Задачи:

- Дать детям общее представление о здоровье, как о ценности;
- Расширить представление детей о состоянии собственного тела, узнать свой организм;
- Научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.

Актуальность.

Тема приобщения детей к здоровому образу жизни является актуальной по нескольким причинам. Во-первых, здоровье детей является залогом здоровья общества в целом. Прививая детям здоровые привычки с раннего возраста, мы создаем общество здоровых и активных людей, что положительно сказывается на благополучии и развитии страны.

Во-вторых, здоровый образ жизни позволяет предотвратить развитие многих заболеваний, связанных с неправильным образом жизни, такими как ожирение, сердечно-сосудистые заболевания и диабет.

В-третьих, здоровый образ жизни способствует улучшению качества жизни и повышает работоспособность, что позволяет людям достигать больших успехов в жизни.

В-четвертых, прививая детям здоровые привычки, мы формируем у них ответственное отношение к своему здоровью, что является одной из важнейших задач воспитания.

И наконец, дети, ведущие здоровый образ жизни, являются примером для подражания для своих сверстников, что способствует распространению здоровых привычек в обществе.

Перспективный план работы по самообразованию.

№ п/п	Список литературы	Раздел плана	Срок реализации	Форма отчета	Практический выход
1	«Вместе с семьей» пособие по взаимодействию дошкольных образовательных учреждений и родителей / под ред. Т.Н. Дороновой.	Совместная деятельность ДООУ с родителями по формированию здорового образа жизни детей	сентябрь	Анкетирование родителей	Анкетирование родителей
2	Нежина Н.В. Охрана здоровья детей дошкольного возраста Н.В. Нежина «Дошкольное воспитание». - 2004. - № 4. - С. 14-17.	«Приобщение детей к здоровому образу жизни через создание развивающей среды».	октябрь	Консультация для воспитателей	Консультация для воспитателей
3	В.Т. Кудрявцев Б.Б. Егоров «Развивающая педагогика оздоровления» Линка-пресс Москва 2000.	Воспитание основ гигиенической культуры и приобщение к здоровому образу жизни.	ноябрь	Изучение статьи	Доклад
4	В.Г. Фролов Г.П. Юрко «Физические занятия на воздухе» Просвещение 1983.	Роль организации проведения прогулок в зимний период для формирования здорового образа жизни детей	декабрь	Изучение статьи	Изготовление картотеки прогулок
5	«Закаливание детей в современных условиях». Л. Веремкович, О. Иванова, И. Лашнева	Закаливание детей в современных условиях.	январь	Консультация для родителей	Папка передвижка

6	П.П. Бучинская В.И. Васюкова Общеразвивающие упражнения в ДОУ Москва» Просвещение»1990г.	Упражнения для развития двигательных психических качеств ребенка.	февраль	Консультация для родителей	Изготовление картотеки с общеразвивающими упражнениями
7	Маханева М. «Новые подходы к организации физического воспитания» М. Маханева / «Дошкольное воспитание». - 1993. – № 2.	Использование нестандартного физкультурного оборудования в ДОУ как эффективного средства приобщения детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни	март	Изучение статьи	Изготовление картотеки «Упражнения с нестандартным оборудованием» мастер-класс для родителей
8	Юматова, А.В. «Формирование здорового образа жизни дошкольников» А.В. Юматова «Дошкольное воспитание». - 1996. - № 3. - С. 12 - 14.	Оздоровление в детском саду	апрель	доклад	Изготовление картотеки подвижных игр
9	Конина Е.Ю. «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей». Игровой комплект - Айрис-пресс, 2007 -12 с.	Особенности культурно-гигиенических навыков детей младшего дошкольного возраста	май	Консультация для родителей	Папка передвижка

1. Совместная деятельность ДОУ с родителями по формированию здорового образа жизни детей.

Основой педагогической модели взаимодействия ДОУ и семьи по формированию основ здорового образа жизни является воспитание не только физически крепкого ребёнка, но и цельной личности с устойчивой нервной системой, готовой к успешной бытовой, трудовой и социальной адаптации к реальным условиям жизни, к интеграции в обществе.

Для этого необходимо решить следующие задачи:

- 1) создать развивающую среду - пространство самореализации;