КГКП ясли сад № 5 «Нұрбөбек»

Тема:

« Реализация системы мероприятий направленных на оздравление и физическое развитие детей их нравственное воспитание»

Выполнила: Байгенжинова Л.К

План по самообразованию

Тема: «Реализация системы мероприятий направленных на оздоровление и физическое развитие детей».

Направление: физкультурно-оздоровительное.

Воспитатель: Байгенжинова Л.К

Группа: старшая «В» «Радуга»

Количество детей : 27

Цель плана: 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 плана:

- охрана и укрепление здоровья детей, совершенствование их физического развития, повышение сопротивляемости защитных свойств организма;

- формирование у детей и родителей осознанного отношения к своему здоровью;

- привлечение родителей к организации оздоровительной работы с детьми.

Ожидаемые результаты:

- создание образовательной среды, формирующей здоровую, физически развитую, социально адаптированную, увлечённую спортом личность, сознательно использующую знания о здоровом образе жизни;

- снижение показателя заболеваемости;

- положительная динамика показателей физического развития детей.

**Пояснительная записка**

 Именно в дошкольном возрасте в результате целенаправленного педагогического воздействия формируется здоровье, привычка к ЗОЖ, общая выносливость, работоспособность организма и другие качества, необходимые для полноценного развития личности. Подвижные игры и игровые движения – естественные спутники жизни ребёнка, обладающие великой воспитательной силой, формирующие физические и личностные качества ребёнка. Мы применяем народные игры и игровые подражательные движения, как на физкультурных занятиях, так и во всех режимных моментах; используем народные подвижные игры в дыхательной гимнастике, закаливающих процедур, в утренней гимнастике и в самостоятельной детской деятельности.

 Перспективный план на 2019-2020г.

Сентябрь.

Продолжить работы по самообразованию

Подбор литературы по теме.

Октябрь.

Наблюдение за поведением детей и состоянием здоровья в повседневной жизни.

Выявление часто болеющих детей, выявление физической подготовленности и двигательных навыков.

Ноябрь-декабрь.

Составление картотеки физминуток, подвижных игр и картотеки комплексов гимнастики после дневного сна.

Январь- февраль.

Создание представлений о ЗОЖ

- развитие представлений о строении собственного тела, назначении органов.

- формирование представлений о том, что вредно, что полезно.

Март- апрель- май.

Работа с родителями:

Анкетирование, консультаций, организация совместных дел.

 В современной системе образования много проблем. Одна из них – это ориентация всей системы образования на здоровьесберегающее обучение и воспитание.

 Перед дошкольным образованием в настоящее время остро стоит вопрос о путях совершенствования работы по укреплению здоровья, развитию движений и физическому развитию детей.

 Одна из основных задач в структуре дошкольного образования определяет следующее: охрану и укрепление здоровья воспитанников через интеграцию образовательных областей, создание условий безопасной образовательной среды, осуществление комплекса психолого – педагогической, профилактической и оздоровительной работы. В соответствии с этим особую актуальность приобретает поиск новых средств и методов повышения эффективности физкультурно-оздоровительной работы в дошкольных учреждениях, создание оптимальных условий для всестороннего гармоничного развития личности ребёнка.

 Возникают вопросы: Как укрепить и сохранить здоровье наших детей? Как организовать образовательную деятельность дошкольников, чтобы дать каждому ребёнку оптимальную нагрузку с учётом его подготовленности, группы здоровья? Как развивать интерес учащихся к занятиям физкультуры, потребность в здоровом образе жизни? Как сделать привлекательным занятие физкультуры для всех детей? Как достичь в процессе занимательного дела оптимального сочетания оздоровительного, тренировочного, образовательного компонентов физкультурной деятельности?

 Одним из путей решения является комплексный подход к оздоровлению детей через использование здоровьесберегающих технологий, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада. Их внедрение строится на формировании осознанного отношения ребёнка к своему здоровью, которое, в свою очередь, должно стать системообразующим фактором модернизации физкультурно-оздоровительной деятельности современного детского сада.

 Подготовка к здоровому образу жизни ребенка на основе здоровьесберегающих технологий стала приоритетным направлением в деятельности нашего дошкольного образовательного учреждения.

Материально-техническое обеспечение.

Для обеспечения полноценного своевременного развития детей, сохранения и укрепления физического и психического здоровья, профилактики простудных заболеваний, физического развития и оздоровления воспитанников и для реализации приоритетного направления в дошкольном учреждении в группе были созданы игры оснащенные необходимым традиционным и нестандартным оборудованием, спортивный уголок в группе, которые созданы с учётом возрастных особенностей детей.

Системафизкультурной работы я включила:

• Проведение комплекса утренней гимнастики с элементами дыхательной гимнастики;

• Проведение двигательных разминок между занятиями;

• Организация подвижных игр и физических упражнений на прогулке;

• Организация динамического часа в конце прогулки ;

• Организация оздоровительного бега в конце прогулки;

• Гимнастика после дневного сна;

• Коррекционная работа с детьми по развитию движений;

• Организация занимательной двигательной деятельности различного типа; пальчиковые игры и упражнения;

• Самостоятельная, двигательная деятельность детей;

• Организация досугов, праздников;

• Проведение «Дня здоровья», в летнее время «Недели здоровья»

•Организация кружковой работы: «Занятия аэробикой»;

• Организация работы с семьёй.

 Утренняя гимнастика является одним из важных компонентов двигательного режима, ее организация направлена на поднятие эмоционального и мышечного тонуса детей. Ежедневное выполнение физических упражнений способствует проявлению определенных волевых усилий, вырабатывая полезную привычку у детей начинать день с утренней гимнастики. Утренняя гимнастика проводится ежедневно до завтрака в течение 6–12 мин. На воздухе или в помещении (в зависимости от экологических и погодных условий).

 В работе с семьей по формированию потребности в здоровом образе жизни у детей используются как традиционные, так нетрадиционные формы работы с родителями, такие как информационные бюллетени, выпуск буклетов «Здоровье», тематические выставки, библиотека здоровья, оформлялся информационные уголки здоровья «Здоровые дети», «10 ошибок родителей», проводились консультации, встречи «за круглым столом», родительские собрания с привлечением медицинского работника.

 Совместная работа с семьёй строится на следующих основных положениях, определяющих её содержание,организацию и методику:

• Единство целей и задач в воспитании ребёнка.

• Систематичность и последовательность работы в течение всего года и всего периода пребывания в ДОУ.

• Индивидуальный подход к каждой семье.

• Взаимное доверие и взаимная помощь педагогов и родителей на основе доброжелательной критике и самокритике.

 Тема, по которой я работаю, заключается в 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.

 Появилось качество в технике выполнения движений и выразительность в моторике. У детей появился эмоциональный отклик на физическую активность, интерес.

 Таким образом, могу сказать, что системный подход к физкультурно - оздоровительных, лечебно профилактических мероприятий позволяет

эффективно способствовать укреплению и сохранению здоровья детей, даёт позитивную динамику оздоровления детского организма, позволяет

достичь положительных результатов, повышения уровня физического развития.

С помощью изученного мною материала, я подобрала и создала картотеку физминуток, подвижных игр и картотеку комплексов гимнастики после дневного сна. Провела открытое занятие на тему «Страна здоровья», целью которой была закрепить знания детей о влиянии на здоровья двигательно активности, закаливания, питания, свежего воздуха и настроения. Дети, отгадывали загадки, пользволись мнемой техникой. Показали наилучший результат. Мною были изготовлены игры «Стиральная машинка», «Подбери по цвету», «Наиди пару».

 Результаты убеждают в правильности и действенности, выбранных мною мер в совершенствовании физкультурно-оздоровительной работы. Всё то, что мы делаем для детей имеет огромное значение для того, чтобы дети росли физически здоровыми, крепкими и счастливыми.

 Однако не останавливаюсь на достигнутом уровне. Мой творческий поиск продолжается. Над данной темой буду продолжать работать, и увеличивать свой профессиональный подход в работе с детьми.

 Список используемой литературы:

1. Белая К. Ю., Зимонина В. А. «Как обеспечить безопасность дошкольников: конспекты занятий по основам безопасности детей дошкольного возраста» М.: Просвещение, 2000 – 94 с.

2. Глазырина Л. Д. Физическаякультура дошкольникам: программа и программные требования М.: 1999 – 144 с.

3. Зимонина В. А. Воспитание ребёнка – дошкольника. Расту здоровым. М. ;ВЛАДОС,2003-304 с

4. Кузнецова М. Н. Система комплексных мероприятий по оздоровлению детей в дошкольных образовательных учреждениях. М.: АРКТИ, 2002 – 64 с.

5. Моргунова О. Н. Физкультурно-оздоровительная работа в ДОУ. Воронеж, 2005 – 127 с.

6. Пензулаева Л. И. Оздоровительная гимнастика для детей дошкольного возраста М.: 2004

7. Рунова М. А. Двигательная активность ребёнка в детском саду М.: 2000 – 256 с.

8. Семёнова Н. Дыхательная гимнастика Стрельниковой в школе здоровья. СПб. 2004 – 87 с.

9. Чупаха И. В. Здоровьесберегающие технологии в образовательном процессе.М: 2003 - 143 с.

Итоговый отчет о проделанной работе

молодого специалиста.