

муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Нижневартовска детский сад №29 «Ёлочка»

**Отчет по реализации индивидуального плана
профессионального развития педагога
Косых Екатерины Витальевны
за 2020 – 2021 учебный год**

г. Нижневартовск
2021 год

Тема самообразования: «Формирование ЗОЖ у детей дошкольного возраста»

В начале учебного года была поставлена **цель:** формирование навыков ЗОЖ, повышение сопротивляемости защитных свойств организма; мотивация к здоровому образу жизни, охрана и укрепление здоровья детей.

Для реализации данной цели я поставила следующие **задачи:**

1. Сформировать образовательную среду, формирующую здоровую, физически развитую, социально адаптированную, увлечённую спортом личность.
2. Дать детям общее представление о здоровье, как о ценности;
3. Расширить представление детей о состоянии собственного тела, узнать свой организм. Научить беречь свое здоровье и заботиться о нем.
4. Привлечение к организации оздоровительной работы с детьми в ДОУ и повышение педагогической компетентности родителей по данной проблеме.

В рамках реализации задачи по повышению собственного уровня знаний путем изучения необходимой литературы, посещения курсов повышения квалификации, совместной работы со специалистами МАДОУ, отбора нужной информации, полученной из различных журналов, методических пособий, а также через электронно-образовательные ресурсы. Была проведена следующая работа:

1. Изучена методическая литература:
 - «Дошкольное воспитание». - 2004. - № 4. - С. 14-17.
 - «Вместе с семьей» пособие по взаимодействию дошкольных образовательных учреждений и родителей», под редакцией Т.Н. Дороновой.
 - «Закаливание детей в современных условиях», Л. Веремкович, О. Иванова, И. Лашнева.
 - «Новые подходы к организации физического воспитания», Маханева М.
 - «Охрана здоровья детей дошкольного возраста», Нежина Н.В.
 - «Развивающая педагогика оздоровления», В.Т. Кудрявцев. Б.Б. Егоров, Линка-пресс Москва 2000.
 - «Физические занятия на воздухе», В.Г. Фролов, Г.П. Юрко Просвещение 1983.
 - «Формирование здорового образа жизни дошкольников», А.В. Юматова
 - «Формирование культурно-гигиенических навыков у детей», Кониная Е.Ю.

Постоянно, знакомясь с материалами и документами в СМИ, сайтов для дошкольных работников, принимала активное участие в обсуждении и публикации собственных материалов.

2. В рамках реализации задачи по формированию здоровой, физически развитой, социально адаптированной, увлечённой спортом личности через образовательную предметно развивающую среду в группе:

- Оснащен физкультурный уголок нестандартным спортивным оборудованием;
- Оформлены материалы по знакомству со спортивным инвентарём с помощью ИКТ.

3. В рамках реализации задач по формированию и привитию у детей среднего дошкольного привычек к ЗОЖ:

- Оформлены:
 - картотека дидактических игр по ЗОЖ;
 - картотека психогимнастики;
 - картотека физкультминуток в стихах;
 - картотека прогулок;
- Освоена техника самомассажа;

- Разработано и проведено занятие по ЗОЖ «Путешествие в Страну здоровья»;
- Утренняя гимнастика;
- Прогулки с играми большой, средней и малой активности; игры эстафеты

4. В рамках реализации задачи по формированию у детей представления о здоровом образе жизни, средствах укрепления здоровья и правилах заботы о нем, сохранение и укрепление здоровья детей. Создание устойчивой положительной мотивации к сохранению и укреплению собственного здоровья.

Разработан и внедрен в работу проект «Стана Здоровья». В рамках реализации проекта были проведены следующие мероприятия:

- Беседы и рассказы о видах спорта;
- Тематические беседы:
 - «Микробы и вирусы»,
 - «Вредные и полезные привычки»;
 - «Полезная и вредная еда»,
 - «Режим дня».
- Заучивались пословицы и поговорки о ЗОЖ;
- Сюжетно – ролевые игры:
 - «Больница»,
 - «Семья».
- Просмотр мультфильмов: «Мойдодыр», «Про бегемота, который боялся прививок»;
- Чтение художественной литературы: «Как стать сильным?» и «Зачем делать зарядку?», «Мы с Тamarой санитары», «Ласковое солнце», «Свежий воздух», «Босиком! Босиком!»; «Как я плавать научился» и пр.

5. Формирование основ к ЗОЖ и к коллективным опытам:

Были проведены мероприятия:

- Показ для педагогов видеоролика по ЗОЖ «Путешествие в Страну Здоровья»;
- Консультация «Воспитание у детей дошкольного возраста ЗОЖ».

6. Повышение педагогической компетентности родителей по данной проблеме.

Были проведены следующие мероприятия:

- Совместное мероприятие родителей с детьми «Мама, папа, я - спортивная семья!»;
- Оформление информационных стендов:
 - Фотоконкурс «Выходные с пользой для здоровья»;
 - Стенгазета «Мы за ЗОЖ»;
- Консультации, папки-передвижки:
 - «Спортивная семья- это модно!»;
 - «На лыжи всей семьёй!»;
 - «Здоровый образ жизни семьи» и «Правильное питание»;
- День открытых дверей. Мастер-класс «Изготовление нестандартного массажного оборудования»;
- Выставки по продуктивной деятельности: рисование, лепка по тематике;
- Родители привлекались к участию в конкурсах. Созданные детьми рисунки и поделки с совместным участием родителей занимали почетные места в конкурсах различного уровня;
- Для повышения ДА дошкольников и улучшения их физических, совместными усилиями родителей, детей и педагогов был оформлен участок группы в стиле «Морское царство»;
- Оформлено электронное «Портфолио моей семьи2»;
- Разработан и постоянно пополняется материалами сайт педагога.

7. Обобщать и распространять педагогический опыт через курсы повышения квалификации, конкурсы, ГМО, электронно-образовательные ресурсы.

В рамках обобщения и распространения опыта прошла курсы повышения квалификации: «Тьюторское сопровождение лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью» 72 часа; Санитарно-просветительская программа «Основы здорового питания для дошкольников».

Участвовала в конкурсах профессионального мастерства с авторской программой «Учимся, играя», методической разработкой «Воспитание и обучение детей с ВОЗ в системе дополнительного образования»; консультация для родителей «Правила безопасности детей дома», мероприятие посвященное людям с ВОЗ «Дари добро другим во благо», педагогическим проектом «Изобразительная деятельность для детей старшего дошкольного возраста»,

Вывод: поставленные мною цель и задачи достигнуты. План профессионального развития педагога выполнен на 100 %.