***Отчет по самообразованию за 2017-2018 учебный год по теме "Здоровьесберегающие технологии в ДОУ"***

***Подготовила воспитатель Шлыкова Мария Михайловна***

**АКТУАЛЬНОСТЬ.** Что главное в воспитании детей? Ребенок должен расти здоровым. Здорового ребенка легче воспитывать, у него быстрее формируются все необходимые знания и навыки. Здоровье - важнейшая предпосылка правильного формирования характера, развития инициативы, сильной воли, дарований, природных способностей.

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения.

Проблема раннего формирования культуры здоровья актуальна, своевременна и достаточно сложна. Известно, что дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Ведь именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

Под здоровым образом жизни мы понимаем активную деятельность людей, направленную на сохранение и улучшение здоровья. Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду. Вся жизнедеятельность ребенка в дошкольном учреждении должна быть направлена на сохранение и укрепление здоровья.

Любую педагогическую деятельность следует начинать только после того, как будет получена и проанализирована информация о состоянии здоровья и уровне физического развития дошкольников.

**Цель**: Формировать представление ребенка о самом себе, здоровом образе жизни через применение здоровьесберегающих технологий.

**Задачи:**

1. Формирование здоровьесберегающей среды.

2.Воспитание у детей привычки здорового образа жизни для повышения защитных свойств организма, в соответствии с возрастными и индивидуальными возможностями детей.

3.Развитие потребности в двигательной активности.

4. Просвещение родителей в вопросах воспитания здорового ребенка.

**Ожидаемые результаты:**

1.Снижение уровня заболеваемости детей;

2. Создание и поддержание положительного микроклимата в группе.

3.Осознание детьми в соответствии с возрастом смысла здорового образа жизни, овладение разнообразными видами двигательной активности и закаливания;

4. Активная помощь родителей в организации оздоровления своих детей;

5. Пополнение предметно-развивающей среды по направлению «Физическая культура» и «Здоровье».

**В рамках работы над данной темой мною проведена следующая работа:**

Изучали различные пальчиковые игры

Праздник Чеснока «Чесночный бумс»

Творческий конкурс «Чесночный кулон»

Зимняя прогулка с родителями «Снеговик спешит к нам в гости»

Фотовыставка «Вместе весело гулять»

Стенгазета «Здоровая семья, здоровый ребёнок»

Спартакиада «Я люблю спорт»

Выставка детских рисунков «Я выбираю спорт» в рамках ДОУ

Проект «Продукты в холодильнике»

День здоровья с родителями «Спортляндия»

Совместно с напарницей реализовали проект **«Здоровым быть здорово»**

Положительные результаты в здоровьесбережении дошкольников возможны только при взаимодействии с родителями: родительские собрания, беседы, анкетирование. При беседе родители учатся ближе видеть сложный многогранный процесс воспитания ребёнка, осваивают практические навыки. В своей работе использую наглядную информацию в родительских уголках, где периодически меняются консультации для родителей, отражающие правила личной гигиены, закаливания, советы, брошурки, методические рекомендации по применению фитотерапии, ароматерапия, витаминотерапии в образовательном учреждении и семье;

Каждый день делаем утром зарядка, упражнения после дневного сна, ходим босиком, по массажным дорожкам, , сон с доступом свежего воздуха, проветриваем группу ежедневно, двигательные разминки ( в том числе игры м/п), подвижные игры и физические упражнения на открытом воздухе (2 раза в день )самостоятельная двигательная деятельность (ежедневно), облегченная одежда, умывание, самомассаж рук, ушей, гимнастика для глаз;

Чтение художественной литературы: «Вот они - сапожки... Этот с левой ножки...» «Водичка, водичка...», «Наша Маша маленька, На ней шубка аленька...», «Маша варежку надела...», «Чешу, чешу волосыньки...» А. Барто «Девочка чумазая», К.И. Чуковский «Мойдодыр» и т.д.

Для обеспечения полноценного физического развития, удовлетворения потребностей в двигательной активности детей, в группе, вместе с напарницей, организовали соответствующую предметную среду, создали необходимые условия, изготавливали нетрадиционное физкультурное оборудование, которое применяем при работе: ленты на палочках, кольца для метания «лужи», «тучки» и другое;

Изготовила картотеки: утренней гимнастики; бодрящей гимнастики; подвижных игр; словесных игр с движением.

Модель жизни ребёнка в группе составлена с учётом смены статических занятий и двигательной деятельности, разнообразной деятельности детей во время прогулок, достаточного времени для сна, занятий и игр (в соответствии с требованиями ФГОС к общему объему обязательной части основной общеобразовательной программы дошкольного образования и требованиям СанПиН).

В увлекательной, наглядно-практической форме стараюсь обогащать представления детей о здоровье и здоровом образе жизни. Использую игры - путешествия, игры - драматизации, сюжетные игры, беседы по формированию привычки к здоровому образу жизни.

Надеюсь, что, полученные в детском саду, знания, умения и навыки, станут фундаментом здорового образа жизни, и как следствие, залогом успешного развития всех сфер личности, ее свойств и качеств.

Не обошлась без теоретической базы при изучении данного вопроса. Помощниками в изучении этой темы стали следующая литература:

· Волошина Л. «Организация здоровье сберегающего пространства» Дошкольное воспитание.2004.N1.С.114-117.

· Терновская С.А., Теплякова Л.А. «Создание здоровье сберегающей образовательной среды в дошкольном образовательном учреждении», Методист.2005.N4.С.61-65.

· Т.Г. Кобзева, «Организация деятельности детей на прогулке», Волгоград, издательство «Учитель», 2013г

· Е.А.Бабенкова. «Игры, которые лечат»,Москва, творческий центр, 2013.

· О.А.Новиковская, «Сборник развивающих игр с водой и песком для дошкольников», Санкт-Петербург, детство-пресс, 2010.

· Н.Л.Стефанова, «Комплексные занятия с детьми 3-7 лет», Волгоград, 2014.

· О.В.Дыбина «Игры для детей с использованием нетрадиционного оборудования», Москва, творческий центр, 2010.

· В.В.Цвынтарный, «Играем пальчиками и развиваем речь», Санкт-Петербург, 1999.

· И многую другую.

А также оказалась полезной информация с сайтов интернета:

1. Сайт работников дошкольного образования «Мой детский сад»

2. « Детсад» сайт для детей и взрослых

3. «Маам» международный образовательный портал

4. Дошколенок .ру