

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД «БЕРЕЗКА».

**План по самообразованию**  
на тему:

**«Здоровьесберегающие технологии в работе педагога – психолога ДОУ»**

Выполнила:  
Педагог-психолог  
Сорокина Е.И.

2015/2016 учебный год

Дошкольный возраст – важнейший этап в развитии ребенка. Это этап приобщения к миру общечеловеческих ценностей, время установления первых отношений с людьми.

Число новорожденных детей с различными недостатками неуклонно растет. Все чаще наблюдаются нарушения психического здоровья, нервно-психического расстройства у детей. Среди причин этого:

- Аномальное, травматическое течение родов, грубые родовспомогательные процедуры, при которых травмируются различные отделы центральной нервной системы ребенка; биологически и социально незрелые родители;
- Низкий уровень психологической грамотности, явная невротизация, психопатизация определенного числа взрослых – родителей, нередко не умеющих вести себя гибко, ситуативно и доброжелательно, от которых дети «заражаются» тревогой и напряжением;
- Кризисное, переходное состояние нашего общества, ощущение неопределенности и беспокойства у значительной части населения, большое количество стрессов и накапливающиеся эмоциональные нагрузки;
- Раннее начало обучения, усложнение учебных требований, особенности межличностной коммуникации в детском коллективе.

Поэтому в течение всего учебного года в работу педагога-психолога и воспитателей необходимо включать здоровьесберегающие технологии, способствующие интегрированному воздействию, а также достижению устойчивого, стабильного результата в более короткие сроки.

#### **Задачи:**

1. Изучать учебную, справочную, научно- методическую литературу по вопросу здоровьесбережения.
2. Учиться моделировать работу на основе изученных видов, приемов и методов здоровьесбережения (комплексы дыхательной гимнастики, пальчиковые игры, рефлексивные упражнения)
3. Направить жизнедеятельность детей в дошкольном учреждении на сохранение и укрепление здоровья.
5. Систематизировать изученную литературу.

Раздел	Сроки	Содержание работы	Практические выходы
Изучение методической литературы	Сентябрь - май	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Алябьева Е.А. Развитие воображения и речи детей 4-7 лет. Москва, 2005.</li> <li>2. Базарный В. Ф. Здоровье и развитие ребенка. Москва, 2005.</li> <li>3. Ивчатова Л. А. Суджок терапия в коррекционно-педагогической работе с детьми\ \ Логопед. 2010. №1. С. 36-38.</li> <li>4. Чистякова М. А. Психогимнастика. Москва, 1995.</li> <li>5. Колос Г. Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении. Практические рекомендации. – Москва, 2006.</li> <li>6. С. А. Черняева Психотерапевтические сказки и игры. Санкт – Петербург, 2003</li> </ol>	Повышение знаний, сбор материала
Работа с детьми	Ежедневно	Гимнастика для глаз, дыхательная, пальчиковая гимнастики	В целях укрепления организма В качестве развития моторики
	В течение года	Сказкотерапия	Развивать эмоциональную сферу. Формировать гармоничную личность.
	в течении года	Проведение динамических пауз во время занятий	В качестве профилактики утомления
	в течение года	Проведение релаксации	В качестве профилактики непропорциональной нагрузки на мышцы
Работа с родителями	Ноябрь	Консультация для родителей «Агрессивные дети»	Предоставление родителям педагогической информации по данной теме
	Январь Март Апрель	Консультация для родителей «Что такое подготовка к школе?»	

Самореализация	Январь	Работа с книгой Ткаченко Т.А. «Развиваем мелкую моторику» Анализ заболеваемости в зимний период	Повышение знаний, сбор материала Сбор аналитической информации
	Май	Работа с методической литературой	Повышение знаний, сбор материала

Литература:

1. Ткаченко Т.А. «Развиваем мелкую моторику». - М.: Эксмо, 2008
2. Алябьева Е.А. Развитие воображения и речи детей 4-7 лет. Москва, 2005.
3. Базарный В. Ф. Здоровье и развитие ребенка. Москва, 2005.
4. Ивчатова Л. А. Су-джок терапия в коррекционно-педагогической работе с детьми\\ Логопед. 2010. №1. С. 36-38.
5. Чистякова М. А. Психогимнастика. Москва, 1995.
6. Колос Г. Г. Сенсорная комната в дошкольном учреждении. Практические рекомендации. – Москва, 2006.
7. С. А. Черняева Психотерапевтические сказки и игры. Санкт – Петербург, 2003