

муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Ханты – Мансийского района
«Средняя общеобразовательная школа
п. Бобровский»

Программа самообразования

по теме

**«Здоровьесберегающие технологии во время
учебного процесса в рамках ФГОС»**

Преподаватель-организатор ОБЖ

Сивков Игорь Викторович

2018 г

Здоровье человека — тема для разговора достаточно актуальная для всех времен и народов, а в XXI веке она становится первостепенной. Состояние здоровья российских школьников вызывает серьезную тревогу специалистов. Наглядным показателем неблагополучия является то, что здоровье школьников ухудшается по сравнению с их сверстниками двадцать или тридцать лет назад. Учебный день школьника насыщен значительными умственными и эмоциональными перегрузками. Школьная перегрузка и долгое нахождение в статистическом положении приводит к переутомлению учащихся, которое можно устранить, если оптимизировать физическую и эмоциональную активность. Для этого следует использовать различные виды деятельности и всевозможные средства восстановления работоспособности.

Поэтому одной из приоритетных задач реформирования системы образования становится сегодня сбережение и укрепление здоровья учащихся, формирование у них ценности здоровья, здорового образа жизни, выбора образовательных технологий, адекватных возрасту, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье школьников.

Цель:

- ✓ повышение профессиональной компетентности по вопросу современных здоровьесберегающих технологий;
- ✓ внедрение здоровьесберегающих технологий в учебно- воспитательный процесс в рамках ФГОС.

Задачи:

- ✓ Изучить и систематизировать учебную, справочную, научно-методическую литературу по вопросу здоровьесберегающих технологий;
- ✓ Учиться моделировать работу на основе изученных видов, приемов и методов здоровьесбережения (комплексы дыхательной гимнастики, подвижные игры, физкультминутки);
- ✓ Посетить занятия коллег и поучаствовать в обмене опытом;
- ✓ Проводить самоанализ и самооценку собственных занятий;
- ✓ Повышать заинтересованность детей и их родителей в укреплении здоровья.

Перечень вопросов по самообразованию:

Сущность понятия «здоровьесберегающие технологии» и условия успешного внедрения здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательный процесс;

- ✓ СанПины;
- ✓ Методы и приёмы здоровьесберегающих технологий;
- ✓ Комплексный подход к внедрению здоровьесберегающих технологий;
- ✓ Работа с родителями (пропаганда здорового образа жизни через систему индивидуальных бесед и родительских собраний).

Сроки реализации: Программа разработана на 2018-2023 г.

Источники самообразования: СМИ, в том числе: специализированная литература (методическая, научно-популярная, публицистическая, художественная), Интернет; медиainформация на различных носителях, семинары, конференции, лектории, мероприятия по обмену опытом, мастерклассы, курсы повышения квалификации.

Формы самообразования: индивидуальная – через индивидуальный план; групповая – через участие в жизни школы и района.

Этапы работы	Вид деятельности
Диагностический 2018-2019 г.г.	Анализ профессиональных затруднений. Изучение СанПиНа. Составление плана работы по выбранной теме самообразования. Определение целей и задач темы. Планирование и прогнозирование результатов.
Прогностический 2019-2020 г.г.	Изучение и систематизация материалов методической, педагогической и психологической литературы по теме. Изучение опыта работы педагогов по выбранной теме. Курсы повышения квалификации.
Практический, 2019-2021 г.г.	Практическое апробирование выбранных методов работы; мониторинг и анкетирование. Анализ и обобщение накопленных фактов.
Внедренческий 2021-2022 г. г.	Открытые уроки на школьном уровне. Самоанализ и самооценка своих уроков. Участие в олимпиадах, конкурсах, конференциях. Размещение на педагогических сайтах.
Обобщающий 2022-2023 гг	Подведение итогов. Выступление на заседании МО «Здоровьесберегающие технологии» по теме самообразования. Оформление результатов работы.

Ожидаемые результаты:

Работа над программой профессионального самообразования поможет мне повысить свой творческий, научно-методический уровень, профессиональное мастерство и компетентность, а также:

- ✓ повысить грамотность родителей в вопросах здоровьесбережения, улучшить здоровье детей;
- ✓ разработать и провести уроки и внеклассные мероприятия с применением здоровьесберегающих технологий;
- ✓ разработать дидактические материалы, тесты, наглядности, создать комплект педагогических разработок;
- ✓ выступать с докладами, участвовать в конкурсах;
- ✓ обобщить опыт по теме самообразования.

Эффективность реализации программы оценивается с помощью следующих методов и методик:

- ✓ самоанализ;
- ✓ педагогическое самонаблюдение;
- ✓ анкетирование учителей, учащихся и их родителей;
- ✓ собеседование с администрацией, учителями, коллегами, учащимися, родителями;
- ✓ анализ результатов учебно-воспитательной работы.