**Самообразование**

воспитателя

**Садовниковой Ульяны Александровны**

по теме:

**«Инновационные здровьесберегающие технологии ДОО»**



**Содержание**

1. Перспективный план по теме самообразования.
2. Материалы самообразования.

**Материалы самообразования**

2022 - 2023г

**Тема самообразования: «Инновационные здоровьесберегающие технологии в ДОО».**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Название темы** | **Источники** | **Сроки** |
| 1 | «20 способов быть здоровым»  Елена Смирнова  врач-терапевт, консультант по чек-апам, | Интернет | сентябрь |
| 2 | Доклад на тему:  «Здоровьесбережение детей дошкольного возраста» | Интернет | октябрь |
| 3 | Здоровье – принцип жизни.  Здоровый образ жизни как ценность современного человека | Интернет | ноябрь |
| 4 | Здоровьесберегающие технологии в ДОУ по ФГОС. Формы и методы работы здоровьесбережению | Интернет | декабрь |
| 5 | ЗОЖ для детей: основные принципы сохранения здоровья | Интернет | январь |
| 6 | Права детей в сфере охраны здоровья | Интернет | февраль |
| 7 | Правильный рацион ребенка | Источник: PRO Wellness блог  Читайте подробнее на: https://ru.siberianhealth.com/ru/blogs/deti/pravilnyy-ratsion-rebenka/ | март |
| 8 | Сколько двигаться и сколько спать дошкольнику (по материалам Всемирной Организации Здравоохранения) | Интернет | апрель |
| 9 | Мичурина Ю.А., Дробышевская Д.А., Васильченко К.А. Современные аспекты психологического здоровья дошкольников. | // Международный студенческий научный вестник. – 2015. – № 5-2. ; URL: https://eduherald.ru/ru/article/view?id=13306 | май |