Творчий звіт вихователя-фізінструктора ДНЗ №1 «Дзвіночок» м.Сарни

«Я не боюся ще й ще раз повторити: турбота про здоров’я - це найважливіша праця вихователя. Від життєрадісності, бадьорості дітей,залежить їхнє духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, віра в свої сили…»

В. Сухомлинський

Будьмо знайомі!

Довгопола Людмила Миколаївна

Я народилася в с.Глушиця Сарненського району на Поліссі 20 квітня 1979 року. З 1986 по 1994 рік навчалась в середній школі села Глушиця. З 1994 року по 1998 рік навчалась в Сарненському педколеджі.

У 2006 році закінчила Рівненський Державний гуманітарний університет і отримала повну вищу освіту за спеціальністю «Дошкільне виховання» і здобула кваліфікацію вихователя дітей дошкільного віку.

У 2002 році почала працювати в ДНЗ №1 «Дзвіночок» і працюю по даний час. Заміжня, маю 2 дітей. Стаж роботи 11років

Моє життєве кредо

« Іду по життю з усмішкою, несу
людям добро, радість і впевнення,
що все буде добре.»

Моє педагогічне кредо

Бути здоровим висока мета.
Кожен в садочку
у нас памята.
Ігри і вправи,
Футбол і хокей,
Все загартовує наших дітей.

Педагогічне есе

Вихователь - важлива людина в житті кожного. Він працює з найціннішим - особистістю. і від того, який у дитини вихователь, залежить і те. як вона проведе свої кращі учнівські роки. Тож вихователь не тільки виховує, він допомагає скеровує, вчить, підказує, шукає... Така доля вихователя. Бути вихователем, - значить бути обізнаним в різних сферах життя, бути відкритою, небайдужою, люблячою людиною. Кожна дитина - це маленький всесвіт, і, правильно підібравши ключик, можна виховати особистість. А найбільшою нагородою для вихователя є досягнення його учнів, їх життя, і відчуття того, що ти допоміг становленню ЛЮДИНИ.Це прекрасно, коли вихователь може бути порадником, провідником і володарем скарбниці знань. Метою моєї роботи є забезпечення максимального розвитку кожної дитини, збереження її неповторності, розкриття її потенційних талантів та створення умов для нормального духовного , розумового та фізичного вдосконалення.

Я вважаю, вчитель, вихователь - це моя стежина в цьому житті. Тільки в цій роботі я бачу себе, і не уявляю як можна жити небачачи ясних дитячих очей, лагідних усмішок, без радощів перших успіхів. Це моє покликання.

Проблемне питання над яким працюю:

«Оздоровлення дітей шляхом використання нетрадиційних методів і прийомів»

Мета: охорона життя та зміцнення здоров'я, вдосконалення фізичного розвитку дітей, формування у дошкільників свідомого ставлення до власного здоров'я.

корекційна робота
заняття
ранкова гімнастика
Форми роботи з дітьми
гурткова робота
свята і розваги

Фізкультурно - оздоровчі заходи

Спеціальні фізичні вправи:
- Заняття з фізкультури
- Ранкова гімнастика
- Рухливі ігри
- Спортивні свята, розваги
- Організація днів здоров'я

Фізичний самозахист:
- Самореалізація
- Самовиховання
- Етика поведінки

Вітамінна терапія:
- Вітамін С
- Полівітаміни
- «Ревіт»
- Чай з лимоном
- Часник, цибуля

Фізичні вправи протягом дня:
- Фізкультурні хвилинки
- Фізкультурні паузи
- Фізкультура на повітрі
- Індивідуальна робота

Спеціальні та загартувальні процедури:
- Полоскання ротової порожнини
- Полегшений одяг у приміщенні
- Одяг відповідно до пори року
- Дотримання температурного режиму
- Повітряні процедури, ходіння босоніж
- Горіховий масаж, самомасаж

Психокорекція:
- Психогімнастика, етюди, вправи
- Релаксація, дихальнагімнастика
- Музико та казко терапія
- Коригувальні вправи
- Динамічні вправи

Олімпійська освіта:
- Рольові і сюжетні спортивні ігри-змагання, ігри-забави, засновані на олімпійських традиціях
- Спортивно-оздоровчі вистави

Танцювально-ритмична гімнастика:
- Музично-творчі ігри
- Ігроритмика
- Музично-рухливі ігри
- Спеціальні завдання

Фольклорні фізичні заняття:
- Сюжетні
- Ігрові побудовані на укр.. народних рух. іграх
- Театралізовані
- Інтегровані

Педагогічна система М.Єфименка:
- Гімнастика пробудження

Афоризми про здоров'я

Здоров'я - це те, що не купиш за гроші без чого немає щастя. З давніх - давен воно цінувалося як найдорожчий скарб, тому й шанувалося.Геніальний лікар і філософ Авіценна стверджував: "Головним скарбом життя є не землі, що ти завоював, не багатства, що у тебе в скринях... Головним скарбом життя є здоров'я, і щоб його зберегти, потрібно багато знати". В усі періоди існування людства питання про те, що таке здоров'я, було одним знаріжних. Про це свідчить хоча 6 той факт, що приказок і прислів'їв про цінність здоров'я безліч у мовах усіх народів світу, і практично всі вони засвоєю суттю однакові, хоча і розкривають різні його ознаки.

Згадаймо їх:

· Нас троє - я, ти і хвороба. Якщо ти будеш зі мною, ми вдвох подужаємо хворобу. Якщо ж ти будеш на боці хвороби, то мені одному з вами двома не впоратись.

(Абуль Фарадж)

· Здоров'я дорожче за багатство.

(Джон Рей)

· Існують тисячі хвороб, але здоров'я лише одне.

(Карл Людвіг Берне)

· Здоров'я не цінують, доки не приходить хвороба.

(Томас Фуллер)

(Гіппократ)

· Здоровий жебрак щасливіший за хворого короля.

(Артур Шопенгауер)

· Здоров'я людини - щастя. Найбільше щастя полягає у пречудовій мудрості. Людське щастя розкривається у розсудливості та цнотливості. Насолода людини - у діяльності, а фізичний стан має поєднуватися з душевною активністю.

(Арістотель)

· Здоров'я - це пропорційність між самістю організму та його наявним буттям... воно полягає у рівномірному відношенні органічного танеорганічного, коли для організму немає нічого неорганічного, чого він не спроможний був би подолати.

(Гегель)

· Здоров'я - це безцінний дар природи, воно дається, на жаль, не навіки, його треба берегти. Але здоров'я людини багато в чому залежить від неї самої, від її способу життя, умов праці, харчування, її звичок та духовності.

(І.П.Павлов)

· Людина повинна знати, як допомогти собі самій у хворобі, пам’ятаючи, що здоров'я є найбільшим багатством людини.

(Гіппократ)

Мої нагороди

Здоров’язбережувальні технології в умовах дошкільного навчального закладу

- Ритмічна гімнастика,
- Дихальна гімнастика,
- Масаж,
- Аромотерапія,
- Релаксація,
- Фітотерапія,
- Музикотерапія,
- Методика «гімнастика мозку»
- Пальчикова гімнастика,
- Кольоротерапія,
- Загартування,
- Фольклор,

kwitka.ucoz.ua

Моя фотогалерея

Семінар-практикум фізінструкторів та вихователів ЗДО 20.11.2018р.

Робота ДНЗ по впровадженню здоров'язберігаючих технологій (ділова гра)

Майстер-клас з педагогами «Використання нетрадиційниих методик (хатха-йога)»

Малі олімпійські ігри 2017 р.

Малі олімпійські ігри 2018 р.

Робота з батьками

Сертифікат за публікацію

СЕРТИФІКАТ

про публікацію на сайті
«АБЕТКАland»

засвідчує, що автором

Довгопола Людмила Миколаївна

ДНЗ №1 "Дзвіночок"

опубліковано авторський матеріал

Фізкультурна гра- розвага
«Ключі від форту Буаяр»
Старша група

на сторінці інтернет проекту abetkaland.in.ua
за посиланням

https://abetkaland.in.ua/fizkulturna-gra-rozvaga-klyuchi-vid-fortu-buayar-starsha-grupa/

Дата публікації: 07.02.2019

Адміністратор проекту АБЕТКА — Ю.С.Бережко

Освітній портал АБЕТКАland abetkaland.in.ua

Сертифікат № 18-1947
від «07» 02 2019 року

Рецепт здоров'я на кожен день

Беремо день і очищаємо його від заздрості, ненависті, невдач, жадібності, егоїзму, впертості.

Додаємо три повні ложки оптимізму, велику жменю віри, ложечку терпіння, декілька зерен терпимості і щіпку ввічливості і порядності по відношенню до всіх.Всю отриману суміш заливаємо зверху любов'ю.

Тепер коли страва готова , прикрашаємо її пелюстками доброти і уваги.

Подавати кожен день з гарніром із теплих слів і сердечних посмішок.

Дякую за увагу