

*Казённое общеобразовательное учреждение Ханты-  
Мансийского автономного округа – Югры  
«Ханты-Мансийская школа для обучающихся с  
ограниченными возможностями здоровья»*

*Дневник по самообразованию*  
учителя биологии и индивидуального обучения  
Кадировой Кенюль Исахановны

## Зачем нужно самообразование?

Необходимость самообразования диктуется, с одной стороны, самой спецификой учительской деятельности, ее социальной ролью, с другой стороны - реалиями и тенденциями непрерывного образования, что связано с постоянно изменяющимися условиями педагогического труда, потребностями общества, эволюцией науки и практики, все возрастающими требованиями к человеку, его способности быстро и адекватно реагировать на смену общественных процессов и ситуаций, готовности перестраивать свою деятельность, умело решать новые, более сложные задачи.

Смысл самообразования выражается в удовлетворении познавательной активности, потребности педагога в самореализации путем непрерывного образования.

Суть самообразования заключается в овладении техникой и культурой умственного труда, умении преодолевать проблемы, самостоятельно работать не только над личностным самосовершенствованием, но и профессиональным.

Основными принципами самообразования являются непрерывность, целенаправленность, интегративность, единство общей и профессиональной культуры, взаимосвязь и преемственность, доступность, опережающий характер, перманентность перехода от низшей ступени к высшей, вариативность и др.

В работе по самообразованию педагогом используются самые разнообразные формы:

- 1) специальная образовательная подготовка (получение высшего образования или второй специальности);
- 2) повышение квалификации (на курсах и в межкурсовой период );
- 3) индивидуальная самообразовательная работа с помощью:
  - средств массовой информации,
  - вычислительной и оргтехники,
  - библиотек,
  - музеев, выставок, театров, клубов,
  - экскурсий,
  - научных, технических, художественных, спортивных обществ,
  - исследований, экспериментов, творческих дел и заданий,
  - общения с учеными, интересными людьми,
  - осмысления передового опыта и обобщения собственной практической деятельности и т.д.



## Что такое самообразование?

**Самообразование** – это высшая форма самовыражения личности, в которой адекватно участвуют все физические и духовные силы человек ; это вид творческой деятельности, в процессе которой человек, саморазвиваясь и самоизменяясь, создает не только духовные, но и материальные ценности, обладающие как объективной общественной, так и субъективной значимостью

А.Г. Мысливченко, И.Л. Наумченко

### *Цели самообразования*

- 1. Самоцельное самообразование** – это определенный вид деятельность, который провоцирует и создает мотивы у человека для устойчивого интереса и освоения знаний: ПК, астрономии, психологии и др.
- 2. Попутное самообразование.** Занимаясь целенаправленной деятельностью, человек узнаёт что-то новое, позволяющее ему использовать эти знания и умения дальше.
- 3. Целенаправленное самообразование,** связано с тем, что человек сам ставит себе цель в определённой области. Эта цель определяет дальнейшие шаги, поиск средств для реализации цели, самостоятельность в постановке задач, в их решении и в анализе результатов.

### *Технология организации самообразования учителя*

Система самообразовательной работы педагога предусматривает: текущее и перспективное планирование; подбор рациональных форм и средств усвоения и сохранения информации; овладение методикой анализа и способами обобщения своего и коллективного педагогического опыта; постепенное освоение методов исследовательской и экспериментальной деятельности.

План самообразования учителя должен включать: перечень литературы, которую планируется изучить; формы самообразования; срок завершения работы; предполагаемые результаты (подготовка доклада, выступление на заседании МО, поурочное планирование, описание опыта работы, оформление результатов в виде отчета и т.д.)

Материал, собранный в процессе самообразования, целесообразно разделять на отдельные темы и сохранять в виде **карточек, специальных тетрадей, тематических папок, личного педагогического дневника.** Важное значение в процессе занятий по самообразованию имеет умение работать с литературными источниками: необходимо делать выписки, составлять конспект, тезисы прочитанного, развернутый план или аннотацию.

## **НА ЗАМЕТКУ**

### **АЛГОРИТМ**

#### ***работы педагога над индивидуальной методической темой (проблемой)***

1. Выбор темы (проблемы) индивидуальной научно-методической работы:
  - ознакомление с литературой;
  - ознакомление с нормативно-правовыми документами;
  - изучение прогрессивного педагогического опыта по проблеме исследования.
2. Детальное ознакомление с проблемой посредством литературных источников:
  - составление картотеки литературных источников;
  - выписки из литературных источников.
3. Уточнение темы и разработка предварительного варианта плана индивидуальной научно-методической работы:
  - обоснование выбора темы;
  - актуальность и новизна;
  - выбор адекватных методов и средств поисковой деятельности;
  - формулирование цели и задач работы;
  - разработка календарного плана индивидуальной работы.
4. Выбор и разработка моделей, инновационных технологий педагогической деятельности.
5. Внедрение инноваций в практику своей педагогической деятельности.
6. Анализ и оценка результатов индивидуального опыта работы над научно-методической темой (проблемой), формулирование выводов и предложений.
7. Литературное оформление работы, отчет о полученных результатах перед коллегами.

**Программа по самообразованию может быть стратегической и тактической.**

***Программа саморазвития педагога предполагает отражение следующих моментов:***

#### **1. Учитель должен знать**

- историю возникновения технологии;
- теоретическое обоснование новых результатов;
- проблемы, которые могут быть решены с помощью данной технологии;
- результаты, которые могут быть получены после ее применения на практике;
- методы и приемы, использующиеся в данной технологии;
- методы и приемы работы учащихся;
- этапы освоения технологии учителем и учащимися.

#### **2. Учитель должен уметь разработать:**

- вариант учебной программы;
- календарно – тематическое планирование;
- планы различных типов уроков, предусмотренных новой технологией, учебные модули и раздаточный материал к ним;
- содержание учебных проектов;
- задания для учеников к учебным проектам;
- новые тексты разноуровневых заданий для контроля, тестовые контрольные задания и др.

#### **3. Учитель должен уметь применять на практике:**

- методы и приемы новой технологии;
- проводить учебные занятия различных типов;
- анализировать занятия и вскрывать недостатки;
- обучать учащихся новым приемам учебной деятельности;
- проводить самоанализ;
- оценивать результативность использования новой технологии, применяя методы педдиагностики;
- осуществлять контроль за самостоятельной работой учащихся и др.

## МЕТОДИЧЕСКАЯ ТЕМА

**Методическая тема** - это внешнее оформление той проблемы, которую решает педагог. Методическая тема направлена на совершенствование системы обучения.

### **Выбор формы, способа разработки методической темы**

Форма, способ изучения	Вид оформления работы	Место защиты, предъявления
Изучение источников Анализ собственной деятельности. Апробация новых подходов. Изучение теории и практики применения. Разработка моделей уроков. Разработка собственных средств наглядности. Разработка в творческой группе, паре. Поиск ключевой идеи. Постановка проблемы. Разработка гипотезы. Определение условий реализации разработки.	Реферат. Доклад. Стеновый доклад Статья. Аннотация. Видеоматериал. Модифицированная (авторская) программа.  Цикл лекций по методике преподавания. Цикл открытых уроков. Методические рекомендации.	Открытые уроки (округ, город, школа) Методическое объединение. Научно-методический совет. Педсовет. Научно-практическая конференция Методическая конференция Практический семинар Банк передового педагогического опыта (округ, город, школа) Научно-методический журнал. Конкурс профессионального мастерства

*Ты никогда не будешь знать достаточно,  
если не будешь знать больше, чем достаточно.*

*У.Блейк*

### **Документация по теме самообразования**

- *План работы по теме самообразования*
- *Теоретическая часть*
- *Выступления по теме самообразования*
- *Разработки уроков, внеклассных мероприятий и другие методические наработки, связанные с темой самообразования*
- *Список литературы по теме самообразования*
- *Выводы и рекомендации по применению (исключению) элементов новых педагогических технологий на своих уроках и в практике других учителей школы, города и т.п.*



## Этапность в работе над темой

Тема по самообразованию подразумевает поэтапность в работе. Первое - это планирование самообразования на пять лет. В плане должны быть отражены этапы по годам, аналитическая работа, презентации наработанного материала на МО, семинарах, конференциях, в печатных изданиях по предмету, результативность.

<b>1-й год</b> - определение темы, знакомство с ППО, наработанным коллегами в городе, регионе, стране; фиксация библиографии по данной теме; постановка целей и задач.	Выступление с сообщением на МО.
<b>2-й год</b> - выборка теоретического материала; формирование научной основы будущей работы; подбор методов практической части.	Выступление с докладом на педсовете.
<b>3-й год</b> - адаптация теоретического материала к конкретной ситуации (классу, предмету); апробирование на практике выбранных методов; мониторинг, анкетирование.	Выступление на МО, семинаре.
<b>4-й год</b> - создание собственных наработок в русле выбранной темы с опорой на теоретический материал; апробация, коррекция, отслеживание результативности, рекомендации.	Выступление на городской, областной конференции, открытые уроки.
<b>5-й год</b> - систематизация материала по теме, обобщение, оформление в виде творческой работы, рецензирование научным руководителем, подготовка к защите	Выступление на городской, окружной конференции, открытые уроки. Представление собственного педагогического опыта: выступление педагогического опыта - выступление на городской, окружной конференции, печать в специализированных научно-методических журналах, мастер-классы для педагогов.

### Индивидуальные формы методической работы:

- *Разработка собственной программы самообразования.*
- *Изучение документов и материалов, представляющих профессиональный интерес.*
- *Анализ собственной деятельности.*
- *Накопление информации по педагогике, психологии, методике, предметному содержанию.*
- *Создание собственной базы лучших конспектов занятий, сценариев, интересных приёмов и находок.*
- *Разработка собственных средств наглядности.*
- *Разработка заданий, тестов для проведения самоконтроля с целью изучения результатов обучения и воспитания учащихся.*
- *Подготовка планов работы на год и отчётов о достигнутом - в конце года.*
- *Посещение занятий и воспитательных мероприятий у коллег.*
- *Выполнение индивидуальных заданий при поддержке руководителя МО, МС.*
- *Постоянная работа над методической темой, представляющей профессиональный интерес для педагога.*



## РОЛЬ ИНФОРМАЦИОННО-КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В САМООБРАЗОВАНИИ УЧИТЕЛЯ

С появлением в работе учителя компьютера и Интернета значительно повышаются возможности учительского самообразования. Появляются новые темы, интересные задачи и способы их реализации. Напомним, что цель и в этом случае остается прежней – «Повышение эффективности обучения». Какие новые способы самореализации открываются перед учителем при условии использования компьютера и Интернета?

- Разработка комплекта электронных уроков, объединенных предметной тематикой или методикой преподавания.
- Разработка пакета тестового материала в электронном виде.
- Разработка пакета стандартного поурочного планирования по теме или группе тем.
- Комплект дидактики по предмету (самостоятельные, практические и контрольные работы).
- Разработка комплекта раздаточного материала по предмету (карточки, задания и вопросы по предмету).
- Создание главы или страницы электронного учебника.
- Создание терминологического словаря по предметной теме, главе.
- Создание сборника предметных кроссвордов.
- Разработка комплекта тематических классных часов, родительских собраний или внеклассных предметных мероприятий (познавательные игры, конкурсы, представления).
- Разработка пакета олимпиадного материала для подготовки учащегося.
- Разработка проекта организации и занятий кружковой работы.
- Пакет административной документации классного руководителя.
- Пакет административной документации методического предметного объединения.
- База данных методик обучения.
- Пакет материалов по одной из педагогических технологий (интерактивное, дифференцированное, блочное, опережающее и др. обучение).
- Проект личной методической веб-страницы.
- База данных вопросов и задач по предмету, по главам.
- Пакет психолого-педагогических материалов для учителя.
- Пакет сценариев уроков с применением информационных технологий.

## Работа по самообразованию

Планирование самообразовательной работы

Индивидуальный план самообразования на 2019-2024 гг.

Учителя (ФИО, предмет) Кадилова Кенюль Исахановна, учитель биологии и индивидуального обучения

Самообразовательная работа над темой:

1. Общешкольная тема: **«Формирование компетентной личности учащихся с ОВЗ, способной успешно адаптироваться в социуме»**
2. Индивидуальная тема самообразования: **«Повышение качества уроков биологии и природоведения через использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения».**

3. Когда начата работа над темой- 2020 гг.

4. Когда предполагается закончить работу над темой-2025

5. Цели и задачи самообразования по теме:

**Цель:** Продолжать повышать профессиональную квалификацию по вопросу современных здоровьесберегающих технологий.

**Задачи:**

1. Продолжать изучать учебную, справочную, научно-методическую литературу по вопросу здоровьесбережения.
2. Учиться моделировать работу на основе изученных видов, приемов и методов здоровьесбережения (комплексы дыхательной гимнастики, подвижные игры, физкультминутки).
3. Направить жизнедеятельность воспитанников с ограниченными возможностями здоровья на сохранение и укрепление здоровья.
4. Систематизировать изученную литературу.
5. Посетить уроки коллег и поучаствовать в обмене опытом;
6. Проводить самоанализ и самооценку собственных уроков;

6. Основные вопросы, намечаемые для изучения:

1. Сущность понятия «здоровьесберегающие технологии» и условия успешного внедрения здоровьесберегающих технологий;
2. СанПины;
3. Методы и приёмы здоровьесберегающих технологий;
4. Комплексный подход к внедрению здоровьесберегающих технологий.
5. Использование Интернет-ресурсов.
6. Продолжать изучать педагогический опыт других педагогов.

7.Этапы проработки материала.

Этапы	Содержание работы	Сроки
I. Диагностический	1. Анализ затруднений. 2. Постановка проблемы. 3. Изучение литературы по проблеме, имеющегося опыта	2019-2020
II. Прогностический	1. Определение цели и задач работы над темой. 2. Разработка системы мер, направленных на решение проблемы. 3. Прогнозирование результатов.	2020-2021
III. Практический	Внедрение ППО, системы мер, направленных на решение проблемы. - Формирование методического	2021-2022



	комплекса. - Отслеживание процесса, текущих, промежуточных результатов. - Корректировка работы.	
IV. Обобщающий	1. Подведение итогов. 2. Оформление результатов работы по теме самообразования. 3. Представление материалов.	2022-2023
V. Внедренческий	1. Использование опыта самим педагогом в процессе дальнейшей работы. 2. Распространение	В ходе дальнейшей педагогической деятельности

**ЛИЧНЫЙ ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН  
ПО САМООБРАЗОВАНИЮ НА 2019-2020 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Сроки проведения итогов по теме самообразования – *май*.

Форма и место подведения итогов – *выступление на методическом объединении*

Месяц	Направления работы	Способы достижения	Анализ достижений
Январь	Выбор и формулировка темы по самообразованию	Изучение опыта других педагогов	
Февраль	Выбор и формулировка темы по самообразованию	Изучение опыта других педагогов	
Март	Выбор и формулировка темы по самообразованию	Изучение опыта других педагогов	
Апрель	Определение цели и задач работы над темой.		
Май	Определение цели и задач работы над темой.		

**ЛИЧНЫЙ ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ПЛАН  
ПО САМООБРАЗОВАНИЮ НА 2020-2021 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Сроки проведения итогов по теме самообразования – *май*.

Форма и место подведения итогов – *выступление на методическом объединении*

Месяц	Направления работы	Способы достижения	Анализ достижений
Сентябрь	Определение цели и задач работы над темой.		
Октябрь	Определение цели и задач работы над темой.		
Ноябрь	Продолжение изучения литературы по данной теме.	Подбор литературы	
Декабрь	Подбор занятий по данной теме.	Изучение занятий	
Январь	Упорядочение материала по темам.	Подбор литературы для занятия.	
Февраль	Разработка занятий по теме.	Поиск материала, посещение библиотеки, просмотр методических журналов	
Март	Индивидуальные беседы с родителями.	Беседа с родителями.	
Апрель	Просмотр видеороликов.	Знакомство с технологией Базарного В.Ф.	
Май	Подведение итога 2020-2021 г.		

**ПО САМООБРАЗОВАНИЮ НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Сроки проведения итогов по теме самообразования – *май*.

Форма и место подведения итогов – *выступление на методическом объединении*

Месяц	Направления работы	Способы достижения	Анализ достижений
Сентябрь	Разработка заданий и упражнений	Создание картотеки. Подбор материала по теме.	
Октябрь	Разработка заданий и упражнений	Создание картотеки. Подбор материала по теме.	
Ноябрь	Внедрение материалов в работу.	Использование на уроках	
Декабрь	Внедрение материалов в работу.	Использование на уроках	
Январь	Внедрение материалов в работу.	Использование на уроках	
Февраль	Внедрение материалов в работу.	Использование на уроках	
Март	Внедрение материалов в работу.	Использование на уроках	
Апрель	Формирование заданий по темам для возможности использования на уроках другими педагогами.	Обмен опытом	
Май	Формирование заданий по темам для возможности использования на уроках другими педагогами.	Обмен опытом	

**ПО САМООБРАЗОВАНИЮ НА 2022-2023 УЧЕБНЫЙ ГОД**

Сроки проведения итогов по теме самообразования – *май*.

Форма и место подведения итогов – *выступление на методическом объединении*

<b>Месяц</b>	<b>Направления работы</b>	<b>Способы достижения</b>	<b>Анализ достижений</b>
Сентябрь			
Октябрь			
Ноябрь			
Декабрь			
Январь			
Февраль			
Март			
Апрель			
Май			



**Организация работы по самообразованию. Изучение литературы по теме «Повышение качества урока через использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения» на 2019-2024 гг.**

Автор	Название книги, статьи	Краткая аннотация, заметки
В. Ф. Базарный	Здоровьеразвивающее образование по технологии В.Ф. Базарного: 16 марта 2013.-96 с.	
Ильющенко В.В., Берсенева Т.А.	«Здоровье и образование» -СПб., 1993.	
Коробейник	Внедрение здоровьеразвивающей педагогики: М., 2009	
В.И. Ковалько.	«Здоровьесберегающие технологии 1-4 классы.	
П.Л. Симкина, Л. В. Титаровский	«Азбука здоровья» Физкультминутки здоровьесберегающей направленности . -2-е изд., доп. – М. : Амрита – Русь, 2006- 240с.	
Л. А. Обухова, Н. А. Лемякина.	Школа докторов Природы, или 135 уроков здоровья 1-4 классы.	
В. И. Ковалько	«Школа физминуток» (двигательный режим учащихся, физкультминутки на разных уроках, подвижные игры, оздоровительные упражнения).	
Джуди Галенс, Ненси Пир	«Книга ответов для почемучки»	
Смирнов, Н. К.	Здоровьесберегающие образовательные технологии в работе учителя и школы	

Тихомирова, Л. Ф.	Анализ урока с точки зрения его воздействия на здоровье учащихся	

### Практическая реализация темы по самообразованию



Форма (открытый урок, сообщение, выступление, мастер-класс, статья, проект и др.)	Тема	Уровень (школьный, городской, окружной, всероссийский)	Дата
Статья	Дидактическая игра на уроках биологии как средство повышения эффективности обучения	Международный	25.03.2020 №СВ1962871
Статья	«Здоровьесберегающие технологии в практике педагога»	Международный	03.06.2021г. № 52953
Выступление но МО	«Коррекционно – развивающие технологии в системе работы учителя с детьми с ОВЗ»	Школьный	2020-2021г.

Выступление на МО	«Психолого-педагогическая диагностика умственного развития детей (С.Д. Забрамная)»	Школьный	2020-2021г.
Выступление	Ярмарка педагогических идей» метод «Солнышко» на уроках природоведения и биологии	Школьный	2021-2022
Открытый урок	Повторение по теме «Беспозвоночные животные»	Школьный	2022-2023
Мероприятие	«День Земли»	Школьный	2022-2023
Декада	«Декада краеведения»	Школьный	2022-2023
Выступление на МО	«Повышение качества уроков биологии и природоведения через использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения».	Школьный	2022-2023
Проект	«Озеленение школьной территории»	Школьный	2022-2023

### Повышение профессиональной компетентности учителя

Учебный год	Форма (курсы, семинары, открытые уроки, мастер-класс и	Название курсов, Тема семинара, открытого урока, мастер-класса, вебинара и т.д.	Краткая аннотация, заметки
-------------	---	---	----------------------------

	др.)		
2019-2020	Семинар	«Организация психолого-педагогического сопровождения детей с ОВЗ и инвалидностью»	
2019-2020	Статья	Дидактическая игра на уроках биологии как средство повышения эффективности обучения	25.03.2020 №СВ1962871
2019-2020	Вебинар	Классный руководитель онлайн. Организация комплексного сопровождения учащихся в условиях дистанционного обучения.	08.05.2020 г. № СМ1962724
2019-2020	Участие в деятельности жюри	Активное участие в деятельности жюри Международного педагогического портала «Солнечный свет»	13.02.2020 г. № СЖ1962837
2019-2020	Эксперт на конкурсе.	Участие в деятельности экспертного совета Международного педагогического портала «Солнечный свет»	12.03.2020 г. №ЭК 1962844
2019-2020	Вебинар	Создание учебных материалов в рамках дистанционного обучения	18.04.2020 г. № СМ 1962812
2019-2020	Курс профессиональной переподготовки	Учитель начальных классов: педагогика и методика начального образования.	
2019-2020	Курс профессиональной переподготовки	Учитель биологии: преподавание биологии в образовательной организации.	
2020-2021	Вебинар	«Книга жизни» - как метод психореабилитации ребенка	20.04.2021 г. № СВ-162867
2020-2021	Конкурс педагогического мастерства.	«Здоровьесберегающие технологии в практике педагога. «Памятка для родителей»	03.06.2021 г. РР- 0 №52953
2020-2021	Сертификат	Участие в окружной конференции по вопросам реализации ФГОС для лиц ОВЗ, в том числе направлений системы оказания психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи детям,	14-15.05. 2021г.



		испытывающим трудности в освоении основных образовательных программ	
2020-2021	Курс повышения квалификации	«Тьюторское сопровождение лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью»	12.12.2020г. № 86 16 00003783
2021-2022	Курс повышения квалификации	«Эмоциональное выгорание педагогов. Профилактика и способы преодоления»	12.01.2022г. № ПК 00281598
2021-2022	Вебинар	Сенсорная комната и ее элементы в работе педагога	05.10.2021 № СВ - 198402
2021-2022	Удостоверение о повышении квалификации	«Защита детей от информации, причиняющей вред их здоровью и (или) развитию»	20.05.2022 № 566-2488070
2022-2023	Удостоверение о повышении квалификации	«Введение и развитие учебного процесса с использованием педагогических технологий в контексте реализации обновленных ФГОС НОО и ООО»	13.11.2022г. № 180003242740
2022-2023	Свидетельство о размещении авторского материала на сайте infourok.ru	Презентация по математике на тему: «Состав числа»	14.11.2022 г. № XO57890151
2022-2023	Свидетельство о размещении авторского материала на сайте infourok.ru	Презентация по природоведению «Дикие животные»	14.11.2022 г. УМ40603668
2022-2023	Удостоверение о повышении квалификации	Профессиональная компетентность учителя биологии по ФГОС: обязательные документы, современное оценивание и гибкие навыки	15.07.2022г. У2022119291
2022-2023	Удостоверение о повышении квалификации	Инклюзивное образование в основной и средней школе: методы и приемы работы учителя	01.03.2023г. У2023080609
2022-2023	Удостоверение о повышении квалификации	Современный классный руководитель: ключевые направления деятельности	15.03.2023г. У2023084480

		и новые приоритетные задачи	
2022-2023	Сертификат	Алгоритм работы с детьми с ОВЗ в рамках совместных документов Министерства просвещения и Министерства здравоохранения: ПМПК, инклюзия, коррекция, индивидуальное обучение	23.01.2023г.
2022-2023	Сертификат	Работа с родителями детей с ОВЗ: меры поддержки и траектории сопровождения	24.01.2023г.
2022-2023	Сертификат	Тренинг понимания инвалидности: методики, которые помогают понять и принять человека с ОВЗ	25.01.2023г.
2022-2023			
2022-2023			

### **Выводы**

#### **по окончании работы над этапом по теме самообразования**

#### **«Повышение качества уроков биологии и природоведения через использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения». за 2019-2020 учебный год**

За данный учебный период мною выбрана тема для самообразования «Повышение качества урока через использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения». Поставлены цели и задачи. Изучен опыт передовых педагогов города и страны. Ознакомлена с опытом педагогов других стран ( Мария Мантасори, Эдуард Сеген, Кюйзеенера, Дьенеша). Изучена методическая литература по теме самообразования (В. Ф. Базарный, Ильющенко В. В., Берсенева Т.А., «Здоровье и образование» -СПб., 1993., Коробейник Внедрение здоровьеразвивающей педагогики: \_М., 2009, В.И. Ковалько «Здоровьесберегающие технологии 1-4 классы).

### **Выводы**

#### **по окончании работы над этапом по теме самообразования**

#### **«Повышение качества уроков биологии и природоведения через использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения» за 2020-2021 учебный год**

За 2020-2021 год была подобрана литература по теме самообразования. Ознакомлена с литературой (В.И. Ковалько. «Здоровьесберегающие технологии 1-4 классы., П.Л. Симкина, Л. В. Титаровский«Азбука здоровья» Физкультминутки здоровьесберегающей направленности . -2-е изд., доп. – М. : Амрита – Русь, 2006- 240с.).

Поиск материала, посещение библиотеки. Просмотр методических журналов и видео занятий по теме. Изучены и применены на уроках занятия, (чтение текста с использованием подушек на голове, гимнастика для глаз, оценивание учениками себя в конце урока на лучиках солнца). Проведение нетрадиционного урока на свежем воздухе. Индивидуальные беседы с

родителями. Рекомендации родителям по смене динамических поз при выполнении домашних заданий, упражнений для снятия напряжений глаз, а главное активный отдых детей.

Участвовала в конкурсе педагогического мастерства («Памятка для родителей»), в вебинаре ( по теме «Книга-жизни»).

### **Выводы**

#### **по окончании работы над этапом по теме самообразования**

#### **«Повышение качества уроков биологии и природоведения через использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения» за 2021-2022 учебный год**

За 2021-2022 год была проведена работа по разработке заданий и упражнений по теме самообразования. Разработанные задания и упражнения были внедрены в работе педагога что внедряла

Поиск материала, разработка и внедрение материалов в работу. Просмотр методических журналов и видео занятий по теме. Изучены и применены на уроках занятия, (чтение текста с использованием подушек на голове, гимнастика для глаз, оценивание учениками себя в конце урока на лучиках солнца). Проведение нетрадиционного урока на свежем воздухе. Индивидуальные беседы с родителями. Классный час на тему: «Здоровый образ жизни на примере родителей». Рекомендации родителям по смене динамических поз при выполнении домашних заданий, упражнений для снятия напряжений глаз, а главное активный отдых детей.

Участвовала в конкурсе «Ярмарка педагогических идей» метод «Солнышко» на уроках природоведения и биологии. Курс повышения квалификации «Эмоциональное выгорание педагогов. Профилактика и способы преодоления». Вебинар «Сенсорная комната и ее элементы в работе педагога» Конкурс педагогического мастерства («Памятка для родителей»).

### **Выводы**

#### **по окончании работы над этапом по теме самообразования**

#### **«Повышение качества уроков биологии и природоведения через использование здоровьесберегающих технологий в процессе обучения» за 2022-2023 учебный год**

За 2022-2023 год была проведена работа по внедрению разработанных материалов по теме самообразования. Разработанные задания и упражнения были внедрены в работе педагога.

Продолжалась работа по поиску материала, разработка и внедрение материалов в работу. Просмотр методических журналов и видео занятий по теме. Изучены и применены на уроках занятия, (физ-минутки подобранные по тематике урока, гимнастика для глаз, различные упражнения для поддержания опорно-двигательной системы, для поддержания дыхательной системы итд.). Индивидуальные беседы с родителями. Рекомендации родителям по смене динамических поз при выполнении домашних заданий, упражнений для снятия напряжений глаз, а главное активный отдых детей.

Так же проводилась работа по самообразованию и участию в различных мероприятиях. Выступала на МО по теме самообразования. Проводила совместно с коллегами мероприятие «День Земли», «Декаду краеведения». Проводила открытый урок по теме: «Беспозвоночные животные» и на уроке проводила физ-минутка подобранная к тематике урока. Проходила курс повышения квалификации «Профессиональная компетентность учителя биологии по ФГОС: обязательные документы, современное оценивание и гибкие навыки», «Инклюзивное образование в основной и средней школе: методы и приемы работы учителя», «Современный классный руководитель: ключевые направления деятельности и новые приоритетные задачи», «Защита детей от информации, причиняющей вред их здоровью и (или) развитию».

С целью внедрения здорового образа жизни и бережного отношения к окружающей природе, совместно с учениками 9 класса организовала мероприятие по озеленению школьной территории.