

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ – ДЕТСКИЙ САД №2 «СОЛНЫШКО»  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА  
С ПРИОРИТЕТНЫМ ОСУЩЕСТВЛЕНИЕМ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ПО СОЦИАЛЬНО - ЛИЧНОСТНОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ  
ЗАТО ПОСЕЛОК СОЛНЕЧНЫЙ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

---

**МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ  
ЛЭПБУК «АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»**

Автор-составитель:  
воспитатель  
Проскурня Елена Павловна

2023г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Введение	3 стр.
1.1.	Цель и задачи	3 стр.
1.2.	Результаты использования пособия	4 стр.
2.	Теоретическая часть	
2.1.	Научно-педагогическое обоснование пособия	5 стр.
3.	Практическая часть	
3.1.	Рекомендации по применению пособия	6 стр.
3.2.	Варианты игр с пособием	6 стр.
4.	Дидактическая часть	
4.1.	Фото приложение	7 стр.
5.	Список литературы	10 стр.

## 1. ВВЕДЕНИЕ

Здоровье – это не только отсутствие болезней, это состояние оптимальной работоспособности, творческой отдачи, эмоционального тонуса, того, что создает фундамент будущего благополучия личности.

Свой дар – здоровье нужно беречь и всеми доступными средствами укреплять его с раннего детства.

Приоритетным направлением в дошкольном воспитании является повышение уровня здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни, а также устойчивой потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями.

Педагоги должны научить ребенка правильному выбору в любой ситуации только полезного для здоровья и отказа от всего вредного. Привить ребенку с малых лет правильное отношение к своему здоровью, чувство ответственности за него. Эти задачи должны решаться путем создания целостной системы по сохранению физического, психического и социального благополучия ребенка. Каждому ребенку хочется быть сильным, бодрым, энергичным - бегать, не уставая, кататься на велосипеде, плавать, играть вместе со сверстниками во дворе, не мучиться головными болями или бесконечными насморками. Наша задача - научить их думать о своем здоровье, заботиться о нем, радоваться жизни.

Для формирования ЗОЖ кроме традиционных методов я выбрала нетрадиционный и интересный для детей – лэпбук «Азбука здоровья».

Лэпбук — это папка с кармашками, окошками и всевозможными вкладками, в которую помещены материалы на одну тему.

Внедрение технологии лэпбук в образовательный процесс позволяет нам сформировать у детей потребность в ведении здорового образа жизни.

Лэпбук «Азбука здоровья» отвечает всем требованиям ФГОС ДО к предметно-развивающей среде.

## **1.1 Цель и задачи**

**Цель:** Закреплять знания детей о здоровом образе жизни.

**Задачи:**

- выработать у детей разумное отношение к своему организму, научить вести здоровый образ жизни (употребление здоровой пищи, увеличение физической активности, общение с природой, гимнастика, правила ухода за телом и зубами); закрепить навыки проведения дыхательной гимнастики.
- продолжать развивать у детей необходимые санитарно-гигиенические навыки;
- сформировать доброжелательное, внимательное отношение к окружающим людям, создать у детей радостное, бодрое настроение и т. д.

## **1.2 Результаты использования пособия**

**Результаты использования лэпбука «Азбука здоровья» в совместной деятельности детей и педагога:**

**1.** Он помогает ребенку по своему желанию организовать информацию по изучаемой теме и лучше понять и запомнить материал (особенно учитывая, что у дошкольников наглядно-образное мышление). Наблюдения показывают, что и взрослым такая форма обучения тоже понравится.

**2.** Это отличный способ для повторения пройденного. В любое удобное время ребенок просто открывает «лэпбук» и с радостью повторяет пройденное, рассматривая сделанную вместе с воспитателем книжку.

**3.** Ребенок дошкольного возраста научится самостоятельно собирать и организовывать информацию – хорошая подготовка к обучению в школе.

**Результаты самостоятельного использования «лэпбука»:**

- формирование понятия о здоровом образе жизни;
- проявление повышенного интереса к содержанию;
- проявление самостоятельности при работе с «лэпбуком»;
- ведение здорового образа жизни;
- отказ от вредных привычек;
- быстрое запоминание стихов, пословиц, поговорок о здоровом образе жизни;
- развитие способности к анализу, обобщению, формирование умения самостоятельно делать выводы, умозаключения.
- проявление интереса со стороны родителей.

## **2. ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

### **2.1 Научно-педагогическое обоснование содержания пособия**

Лэпбук — это папка с кармашками, окошками и всевозможными вкладками, в которую помещены материалы на одну тему.

Внедрение технологии лэпбук в образовательный процесс позволяет нам сформировать у детей потребность в ведении здорового образа жизни.

Лэпбук «Азбука здоровья» отвечает всем требованиям ФГОС ДО к предметно-развивающей среде.

Это тематическое пособие содержит красивое оформление, четкую структуру, многофункциональное, трансформируемое, комфортно как для детей, так и для педагога. Материал подобран с учетом индивидуальных и возрастных особенностей детей.

В ходе работы с лэпбуком у детей расширяется и активизируется словарный запас по теме «Азбука Здоровья».

Пособие создано для организации совместной и образовательной деятельности.

Лэпбук предназначен: для индивидуальных, подгрупповых занятий с детьми дошкольного возраста, а также для самостоятельной деятельности детей.

В нём много кармашков, содержащих необходимый систематизированный материал, в том числе иллюстративный, для изучения и закрепления знаний по данной теме.

Лэпбук составлен таким образом, что наряду с новой для детей информацией присутствуют игры, загадки для закрепления изученного.

Все дидактические материалы эстетичны и безопасны в использовании.

Лэпбук обеспечивает игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников.

# **1. ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

## **1.1 Рекомендации по применению пособия**

Внедрение технологии лэпбук в образовательный процесс позволяет нам сформировать у детей потребность в ведении здорового образа жизни. Работая с лэпбуком, дети знают и умеют отгадывать загадки, раскрывают смысл поговорок, ориентируются в режиме дня, имеют представление о полезной и вредной еде, правильной осанке, закаливающих процедурах, предметах личной гигиены, знают о вредных привычках, лекарственных растениях, витаминах, которые содержатся в полезных продуктах. А также умеют самостоятельно выполнять зарядку с использованием схем, гимнастику для глаз, пальчиковые игры, имеют представления о разных видах спорта. Материалы лэпбука можно использовать в самостоятельной деятельности детей и в совместной деятельности педагога с детьми. Работа с лэпбуком позволила нам разнообразить деятельность и повысить познавательный интерес детей. С помощью изготовленных дидактических игр дети закрепляют полученные знания.

## **2.1 Варианты игр с пособием**

### **1.Д/И «Виды спорта»**

Цель: развитие положительной мотивации к занятиям спортом и приобщение к здоровому образу жизни.

Ход игры: правильно подобрать картинки к каждому виду спорта и назвать, что на ней нарисовано.

### **2.Д/И «Спортивный инвентарь»**

Цель: знакомство детей со спортивным инвентарем, создание у детей мотивации заниматься физической культурой и спортом.

Ход игры: правильно подобрать картинку со спортивным инвентарем к определенному виду спорта и назвать, что на ней нарисовано.

### **3. Д/И «Мойдодыр»**

Цель: способствовать закреплению знаний воспитанников о культурно – гигиенических навыках.

Ход игры: воспитанникам раздаются карточки с алгоритмом умывания. Надо в определенной последовательности расположить карточки, не забывая проговаривать все свои действия.

#### **4.Д/И Чистим зубы»**

Цель: способствовать закреплению знаний воспитанников о культурно – гигиенических навыках.

Ход игры: воспитанникам раздаются карточки с алгоритмом чистки зубов. Надо в определенной последовательности расположить карточки, не забывая проговаривать все свои действия.

#### **5.Д/И «Сложи картинку»**

Цель: развивать воображение, складывать картинку из отдельных частей.

Ход игры: воспитатель предлагает ребенку несколько комплектов деталей изображения, а ребенок складывает картинку из этих частей.

#### **6.Д/И «Одежда по сезону»**

Цель: познакомить детей с видами одежды, обуви и головных уборов и провести связь одежды с временами года.

Ход игры: выставляются карточки с одеждой. Задача ребенка – найти одежду по сезону и распределить их в нужные кармашки по временам года.

#### **7.Д/И «Витаминка»**

Цель: знакомство детей с различными видами витаминов, а также продуктами, в которых данные витамины присутствуют.

Ход работы: перед детьми раскладываются картинки с продуктами, содержащими различные виды витаминов. Дети запоминают их (картинки) и раскладывают в соответствующие кармашки с названием витамин.

#### **8.Д/И «Части тела»**

Цель: Закрепить знания детей о частях тела человека.

#### **9.Д/И «Одень Машу и Юру»**

Задача ребенка правильно подобрать одежду для зимнего и летнего сезона.

#### **10.Д/И «Помоги Тане убрать вредные продукты»**

Цель: Закреплять знания детей о полезных и вредных продуктах.

#### **11.Д/И «Зимние и летние виды спорта»**

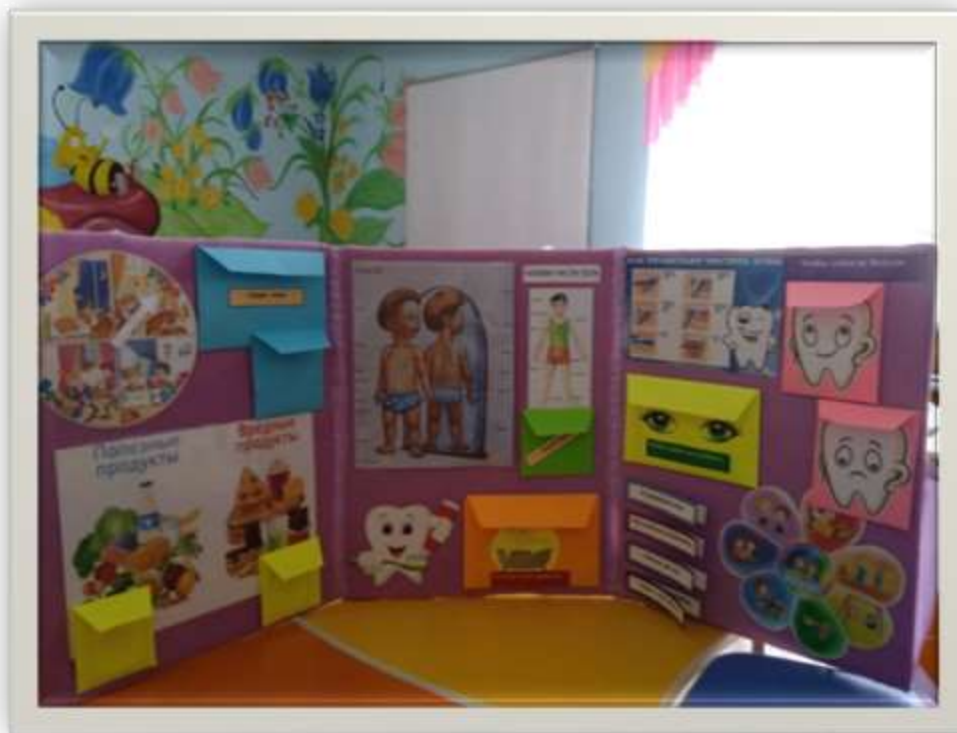
Цель: Закреплять знания детей о зимних и летних видах спорта и их атрибутах.

#### **12Д/И «Подбери пару»**

Цель: ребенок подбирает карточки со спортивными атрибутами к своему виду спорта.

### 3. ДИДАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

#### 4.1 Фотоприложение









#### 4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Оздоровительная работа в ДОУ: нормативно-правовые документы, аспекты /авт.сост. Горбатова М.С. Волгоград:Учитель.2011 г.
2. Здоровьесберегающая система дошкольного образовательного учреждения: модели программ, рекомендации, разработки занятий\ авт-сост.М.А. Павлова, М.В.Лысогорская.-Волгоград:Учитель.2009 г.
3. Гаврючина Л.В. Здоровьесберегающие технологии в ДОУ: методическое пособие.- М.: ТЦ Сфера, 2008.- 160с.
4. Гаврючина Л.В. «Здоровьесберегающие технологии в ДОУ» г.Москва«Сфера», 2007г.
5. Доскин В.А. «Как сохранить и укрепить здоровье ребенка» г.Москва «Просвещение», 2006г
6. Никишина И. В. Мастер – класс для педагогов ДОУ. Здоровьесберегающая педагогическая система: модели, подходы, технологии. М.: «Планета», 2013