

Пояснительная записка к Лепбуку «Здоровый образ жизни»

Автор: Носенко Элеонора Ивановна

Организация: МДОБУ № 26 « Василек»

Населенный пункт: Краснодарский край, станица Советск ая.

Здоровье – это не только отсутствие болезней, это состояние оптимальной работоспособности, творческой отдачи, эмоционального тонуса, того, что создает фундамент будущего благополучия личности. Приоритетным направлением в дошкольном воспитании является повышение уровня здоровья детей, формирование у них навыков здорового образа жизни. Ведение здорового образа жизни помогает нам не только сохранить здоровье, но также улучшить его и укрепить.

Внедрение технологии лепбук в образовательный процесс позволяет нам быстро и эффективно усвоить новую информацию и закрепить изученное в занимательно-игровой форме. Это не только мощный справочный инструмент и особая форма организации учебного материала, и прежде всего, основа партнерской деятельности взрослого с детьми (педагога с воспитанниками, родителя с ребенком).

Содержание лепбука «Здоровый образ жизни» способствует формированию представления детей о здоровом образе жизни.

Лепбук «Здоровый образ жизни» отвечает всем требованиям ФГ среднего старшего дошкольного возраста

Лепбук:

- обеспечивает игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников.
- его структура и содержание доступно детям дошкольного возраста;
- информативен и полифункционален: способствует познавательному развитию;
- вариативен (есть несколько вариантов использования каждой его части);
- обладает дидактическими свойствами. Несет в себе способы ознакомления дошкольников со здоровым образом жизни;
- пригоден к использованию одновременно группой детей (в том числе, с участием взрослого как играющего партнера);
- в совместной деятельности 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).

Цель: формирование здорового образа жизни у детей.

Задачи:

1. Повышение уровня интеллектуального развития, формирование у детей осознанного отношения к своему здоровью, формирование потребности в ведении здорового образа жизни.
2. Развитие способности к анализу, обобщению, формирование умения самостоятельно делать выводы, умозаключения.
3. Обогащение и развитие словаря детей.
4. Закрепление знания о строении и частях тела человека.
5. Закрепление знания детей о полезных и вредных продуктах.
6. Закрепление знания о системе органов чувств.
7. Закрепление знания детей о гигиене.
8. Закрепление знания о здоровье зубов.
9. Закрепление знания детей о витаминах, и продуктах в которых они содержатся.

Лепбук состоит из 7 страниц. Первый разворот содержит такие темы как:

1. Игра «Азбука здоровья».

Цель: Способствовать формированию интереса к познанию своего здоровья. Познакомить детей с азбукой здоровья. Уточнить какое значение имеет для человека режим дня, правильное питание, свежий воздух, гигиена, хороший сон, занятие спортом.

Правила игры: Собрать пазлы по тени рисунка - человека режим дня, правильное питание, свежий воздух, гигиена, хороший сон, занятие спортом.

1. Игра «Как правильно чистить зубы».

Цель: Способствовать формированию у детей представления о правильном питании и его важности в сохранении здоровья зубов и всего организма.

Правила игры: Рассказ по картинкам как правильно чистить зубы; о здоровом образе жизни в деятельности дошкольника.

Игра «Полезные и вредные продукты»

Цель: Способствовать формированию у детей представления о правильном питании. Рассказать детям о полезных и вредных продуктах.

Второй разворот содержит следующие темы:

Игра «Части тела».

Цель: Расширять представления детей о частях тела, развивать логическое мышление, ; закреплять умение рассуждать, анализировать, сравнивать.

Правила игры: Подобрать картинку с изображением органа тела к соответствующему органу картинки по смыслу - обоняние, осязание, нюх, слух, вкус.

Лото « Органы чувств»

Цель: закрепить названия частей тела человека и связанных с ними органов чувств.

Правила игры: Раздать детям карточки, на карточке изображен орган чувства (глаза, ухо, нос, язык, рука), ребенок подбирает соответствующие картинки.

« Режим дня» « Моем руки правильно»

Цель: формировать представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.

Картотека пальчиковых игр « Су –Джок»

Цель: Укрепление здоровья посредством пальчиковых игр « Су-Джок»

Следующий разворот содержит следующие темы:

Викторина « Я всё знаю о спорте »

Цель: Формировать навыки ЗОЖ, воспитывать бережное отношение к своему здоровью. Закрепление знаний о спорте.

Картотека : «Дыхательная гимнастика».

Цели дыхательной гимнастики:

- Развитие и совершенствование диафрагмального дыхания;
- Расширение грудной клетки, для большего забора воздуха, что способствует лучшему насыщению кислородом детского организма и повышению тонуса кровеносных сосудов;
- Тренировка сердечной мышцы и дыхательной мускулатуры, улучшение кровообращения;

Закаливание путь к здоровью

Цели: изучить с детьми виды и способы закаливания.

Раскраски « Витамины»

Цель: Расширить знания детей о витаминах и витаминосодержащих продуктах, закрепить знания об овощах, фруктах и ягодах.

Игра: « Профилактика вирусов и инфекций.

Цель: сформировать у детей осознанную и ответственную позицию по отношению к своему здоровью.

Закрепить полученные ранее знания на практике, формировать внимательное и ответственное отношение к своему здоровью.

Результаты использования лэпбука в совместной деятельности педагога и детей:

1. Он помогает ребенку по своему желанию организовать и собирать информацию по изучаемой теме, и лучше понять и запомнить материал.
2. Это хороший способ для повторения пройденного материала. В любое удобное время ребенок может открыть лэпбук и повторить пройденное, рассмотреть сделанные вместе со взрослым игры, посмотреть картинки и обсудить их с товарищем.

Результаты самостоятельного использования детьми:

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

Рецензия

**На дидактическое пособие « Лепбук « Здоровый образ жизни»,
созданный инструктором по физической культуре муниципального
дошкольного образовательного бюджетного учреждения детский сад №
26 « Василек»**

**станции Советской муниципального образования Новокубанский район
Носенко Элеонорой Ивановной**

Дидактическое пособие лепбук « Здоровый образ жизни» разработан инструктором по физической культуре Носенко Элеонорой Ивановной и предназначен для воспитателей дошкольных образовательных учреждений для ознакомления со здоровым образом жизни.

Лепбук представляет собой папку формата А4, пластиковая многофункциональная папка с кармашками ,дверками, окошками, подвижными деталями. На страницах папки имеются кармашки, в которых размещены дидактические игры: « Азбука здоровья», « Полезные и вредные продукты», « Профилактика вирусов и гриппов», а также в лепбук размещены различные картотеки « Режим дня», « Виды спорта», « Дыхательная гимнастика», картотека пальчиковых игр « Су-Джок»,раскраски « Витамины», викторина « Я всё знаю о спорте», лото: « Органы чувств».

Автор обращает внимание на то, что игра занимает важное место в физкультурно-оздоровительной работе. С её помощью можно познакомить дошкольников с разнообразными видами спорта.

Актуальность и педагогическая целесообразность данного материала в том что лепбук « Здоровый образ жизни» создан для детей в возрасте от 5-7 лет . Именно в этот период они очень активно познают окружающий мир и особенно охотно изучают его.

Дидактическое пособие лепбук « Здоровый образ жизни имеет практическую направленность.

Цель данного пособия:

- формировать привычку к здоровому образу жизни;
- сохранять и укреплять здоровье детей;
- закреплять знания детей об полезных витаминах(фрукты, овощи),о помощниках в ванной комнате, на физкультурных занятиях;
- учить искать нужную информацию, обобщать её и систематизировать, самостоятельно давать объяснения на возникающие вопросы.

Педагогическая значимость дидактического пособия лепбук «Здоровый образ жизни» заключается в том, что непринужденные движения в игре , способствует укреплению здоровья детей, преодоление трудностей при

Педагогическая значимость дидактического пособия лэпбук «Здоровый образ жизни» заключается в том, что непринужденные движения в игре, способствует укреплению здоровья детей, преодоление трудностей при ознакомлении детей с понятием «Здоровый образ жизни», соблюдении режима дня, значении спорта для здоровья человека.

Работа инструктора по физической культуре Носенко Э.И. обладает практической значимостью. Может быть рекомендована к использованию педагогам дошкольных образовательных учреждений.

01.11.2022г.

Рецензенты:

Специалист МБУ «ЦРО»

Директор МБУ « ЦРО»




A handwritten signature in blue ink, consisting of stylized letters.

И. В. Иванова

С. В. Давыденко



ЛЭПБУК

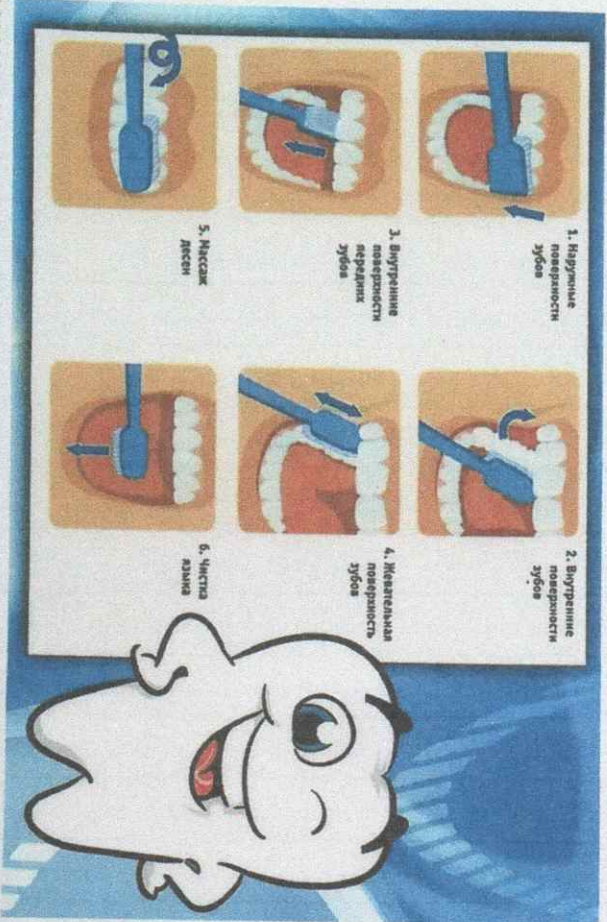
"Здоровый образ жизни" 



Азбука здоровья



Как правильно чистить зубы?



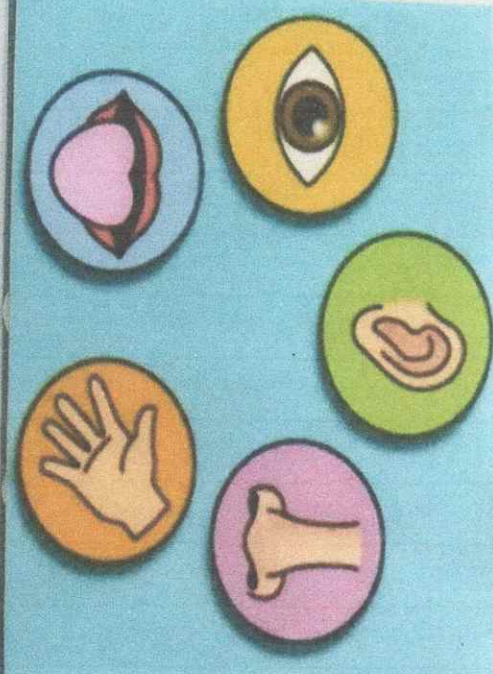
Игра "Полезные и вредные продукты"



Части тела



У
ТВ



Режим дня

Картотека пальчиковых игр с массажерами

Су-Джок



и правильно



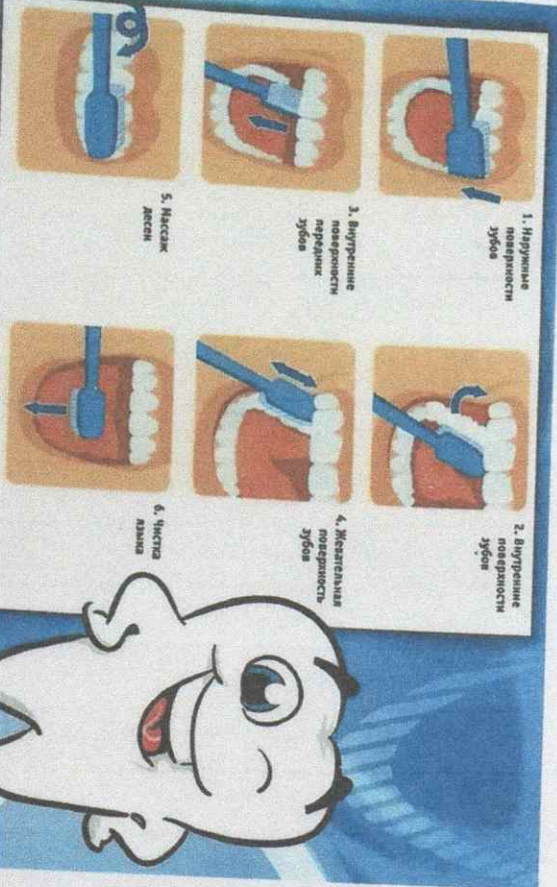
ОБЯ
Для успеха и победы
иногда приходится
в беде!

<p>Шаг 1 Зачищаем руки</p>	<p>Шаг 2 Отрываем край</p>	<p>Шаг 3 Берем мыло</p>	<p>Шаг 4 Намыливаем руки</p>
<p>Шаг 5 Смываем мыло</p>	<p>Шаг 6 Зачищаем края</p>	<p>Шаг 7 Вытираем руки</p>	<p>Шаг 8 Осушаем руки</p>

Азбука здоровья



Как правильно чистить зубы?



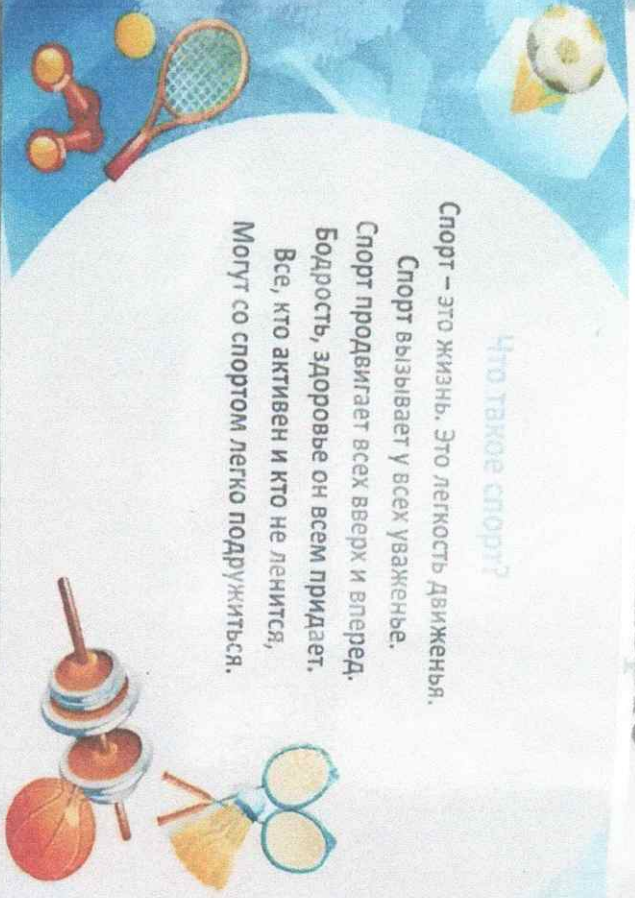
Игра "Полезные продукты"



Викторина "Я всё знаю о спорте!"

Что такое спорт?

Спорт – это жизнь. Это легкость движения.
Спорт вызывает у всех уважение.
Спорт продвигает всех вверх и вперед.
Бодрость, здоровье он всем придает.
Все, кто активен и кто не ленится,
Могут со спортом легко подружиться.



Виды спорта

горнолыжный спорт

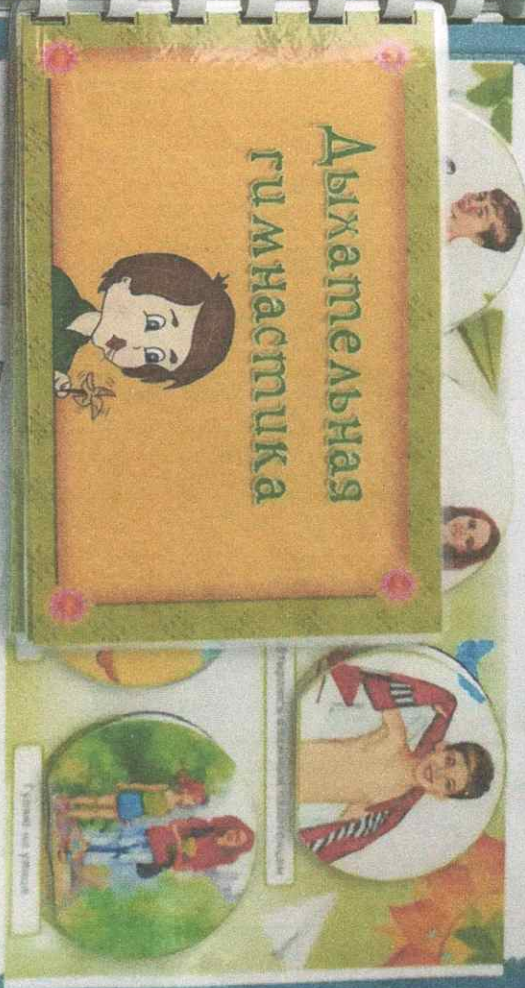


фигурное катание



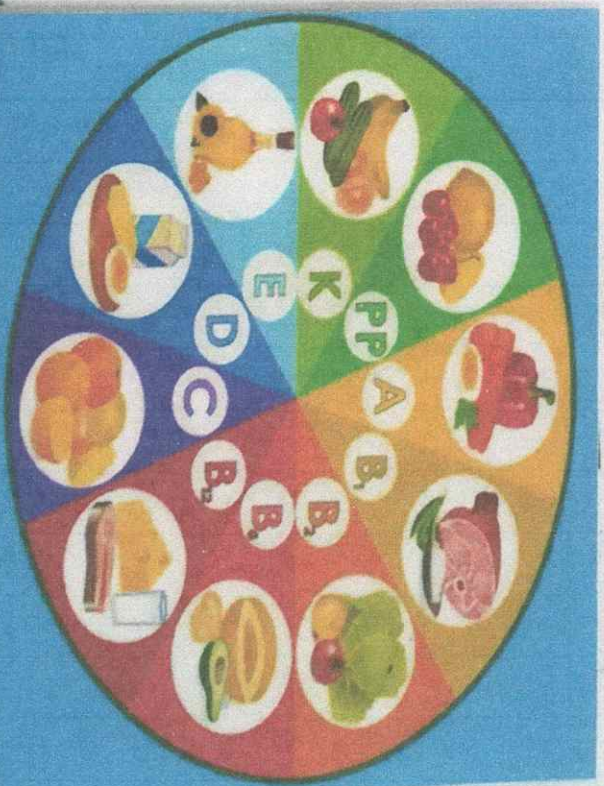
Закаливание - путь к здоровью!

Дыхательная гимнастика



Рас

чы"



Игра "Профилактика вирусов и инфекций"

