**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**"Детский сад № 99 Ново –Савинского района »**

 **Проект.**

 **Методического пособие : Лэпбук**

 **по ознакомлению детей со здоровым образом жизни**

 **« Азбука здоровья»**

 Составила: Бариева Н.Н

 Казань -2021год

**Краткое описание:**Лэпбук « АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ »представляет собой тематическую папку-раскладушку из нескольких страниц. Он изготовлен из плотных обложек с использованием самоклеющейся пленки, цветного картона, иллюстраций ..

**Цели:**

-расширять и закреплять представление детей о пользе для здоровья правильной здорового питания.

-формировать представления о значении санитарно-гигиенических процедур для здоровья человека;

-формировать представления дошкольников о здоровье и болезненном состоянии человека; раскрыть причину некоторых заболеваний, вызванных несоблюдением санитарно-гигиенических правил;

-формировать представления детей о возможности укрепления здоровья с помощью физических упражнений, приобщать детей к спорту;

-формировать у дошкольников осознанного отношения к здоровью как ведущей ценности и мотивации к здоровому образу жизни, накопление знаний о здоровье.

***Рассказ по мнемотаблице: « Режим дня».***

**Цель**:формирование представления о режиме дня, умения самостоятельно планировать дела с учётом своих индивидуальных особенностей, интересов, привычек.
**Задачи:**
-Раскрыть взаимозависимость здоровья и режима дня;
-Научить различать поведение, способствующее сохранению здоровья и разрушающее здоровье;
-Привить навыки здоровьесберегающего поведения

**Материал** : карточка с изображением человечка, режимных моментов.

**Ход работы**: воспитатель дает представление о режиме дня,раскрывает взаимосвязь здоровья и режима дня .(рис 1)

 ( рис. 1)

***Рассказ по мнемотаблице: «Чистота –залог здоровья»***

**Цель:**Формирование культурно - гигиенических навыков у детей.

**Задачи:**

-Расширить знания детей о культурно-гигиенических навыках;

 -Дать детям сведения, необходимые для укрепления здоровья;

-Воспитывать у детей бережное отношение к своему здоровью;

-Воспитывать привычку следить за чистотой тела, опрятностью одежды, прически, за чистотой ногтей, умение самостоятельно чистить зубы.

**Материал** : карточка с изображением человечка, выполняющие кгп.

**Ход работы**: воспитатель рассказывает по карточке и дает знания детям о культурно –гигиенических навыках ,способствует становлению устойчивого интереса к правилам и нормам здорового образа жизни. ( см .рис. 1)

***Демонстрационный материал: «Витамины»***

**Цели:**

1. познакомить с понятием «витамины»;
2. закреплять знания о необходимости наличия витаминов в организме человека, о полезных продуктах, в которых содержаться витамины;
3. убедить детей, что сохранение здоровья имеет первостепенное значение, ведь от состояния организма зависит успешная деятельность человека

**МАТЕРИАЛЫ** : карточки изображениями витаминов,

с описанием, какую роль они играют в организме человека.(рис.2)

( рис.2)

***ДИДАКТИЧЕСКАЯ ИГРА : « Полезно –вредно»***

**Цель:** Расширять представления и закреплять знания детей о **вреде** и **пользе** продуктов питания, формировать основы здорового образа жизни, расширять словарь дошкольников, развивать коммуникативные навыки, внимание, память, слух.

**Материал**: карточки с изображением человечка и продуктов.

**Кол-во игроков** : 1-2 игрока.

**Ход игры:** на столе лежат карточки с изображением человечка, полезные и вредные продукты. Задача ребенка выбрать полезные для организма человека продукты питания. Также выбрать какие продукты являются вредными.( рис.3)

 ( рис.3)

***Рассказ по мнетаблице : «Знакомься –твое тело!»***

**Цели и задачи:**

1.Уточнить и закрепить знания детей о внешнем строении человека
2. Дать представление о назначении и важности органов чувств
3. Вызвать желание бережно относиться к органам человека и частям тела

**Материал:** карточка с изображением строения тела человечка ,картинки с изображением органов чувств.

**Ход работы:**Воспитатель используя наглядный материал рассказывает об организме человека, знакомит детей с внешним строением тела человека, с возможностями его организма: я умею бегать, прыгать, петь, смотреть, слушать, кушать, терпеть жару и холод, переносить боль, дышать, думать, помогать другим людям; воспитывать чувство гордости, что «Я - человек».

( рис .4)

****

 **( рис.4)**

***Дидактическая игра : «Продолжи последовательность »***

**Цель:** определить способность к логическому мышлению, обобщению, умению понимать связь событий и строить последовательные умозаключения, определить уровень развития связанной речи.

**Материал**: сюжетные картинки , на которых изображены этапы события

**Кол-во игроков** :1 игрок.

**Ход игры:** Ребенку показывают беспорядочно разложенные картинки и дают инструкцию, ребенок раскладывают их по порядку и комментируют.( рис.5)

 ( рис.5)

***Дидактическая игра : «Расставь правильно»***

**Цель:** Игра направлена на развитие внимания, памяти, восприятия.

**Материал** :цветные картинки с изображением частей тела, изображение человечка.

**Кол-во игроков**:1 игрок

Ход игры: Перед ребенком, на столе раскладываются картинки с изображением частей тела, задача ребенка правильно показать внешнее строение человека.( рис.5)

***Рассказ по мнемотаблице: «Зимние и летние виды спорта»»***

**Цели и задачи:** формировать у детей интерес к физкультуре и спорту; знакомить детей с видами спорта; учить детей давать определения спортивным играм и соотносить игры их с символами; развивать умение анализировать и обобщать; развивать творческое мышление и воображение…

**Материал** : карточки с изображением зимних и летних видов спорта.

**Ход работы:** воспитатель по карточке знакомить с видами спорта объясняет и дает представления детей о возможности укрепления здоровья с помощью физических упражнений..( рис.6)

( рис.6)

**Дидактическая игра : « Найди пару »**

**Цель**: Закрепить знания детей о разных видах спорта; учить детей определять признаки спортивных игр; развивать умение анализировать и обобщать; развивать творческое мышление и воображение; формировать у детей интерес к физкультуре и спорту.

**Материал** : карточки с изображением летнего и зимнего вида спорта, атрибуты .

**Кол-во игроков** :1-2 игрока.

**Ход игры**: На стол раскладываются картинки зимних и летних видов спорта (хоккей, санный спорт, прыжки с трамплина, гимнастика, плавание, теннис, лёгкая атлетика, лыжные гонки). Дети подбирают к картинкам атрибуты(рис.7)

( рис.7)