**ЛЭПБУК «АЗБУКА ЗДОРОВЬЯ»**

**Подготовила: Вильцер Светлана Евгеньевна**

**Воспитатель МБ ДОУ «Детский сад №249», г. Новокузнецк**

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение **здоровья** детей в процессе воспитания и обучения.

Проблема раннего формирования культуры **здоровья актуальна**, своевременна и достаточно сложна. Именно до 7 лет человек проходит огромный путь развития, не повторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим. Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков **здорового образа жизни**, осознанную потребность в систематических занятий физической культурой и спортом.

Внедрение технологии **лэпбук** в образовательный процесс позволяет нам быстро усвоить новую информацию и закрепить полученные знания ранее в игровой форме. Это не только справочный инструмент и учебный материал, но и основа партнёрской деятельности взрослого с детьми. **Лэпбук «Азбука здоровья»** может использоваться как одним ребёнком, так и группой детей, является одним из видов совместной деятельности. Работа с данным пособием позволяет стимулировать самостоятельность детей, что очень важно для развития произвольности.

Целью создания данного **лэпбука было** : формирование системы знаний, умений и навыков детей по формированию **здоровому образу жизни**.

**Лэпбук** решила сделать в виде рюкзачка.



В **лэпбук** включены и дидактические игры, и демонстрационный материал.





На первой странице представлена информация, как именно мы можем укрепить иммунитет. Нет универсального способа укрепления иммунитета ребенка раз и навсегда. Его **здоровье** будет зависеть от многих факторов. Сюда можно отнести и грамотно организованный распорядок дня, когда созданы все условия для полноценного отдыха и сну отведено достаточно времени. Правильная температура в комнате ребенка и регулярное проветривание. Водные процедуры и закаливание. Регулярные прогулки на свежем воздухе и активный образ жизни. Ну и конечно же, правильное питание!

Далее я решила закрепить названия частей тела, и их расположение с целью формирования познавательного процесса к себе и своему телу.



Разместила дидактическую игру "Полезные и вредные продукты". Цель: формирование у детей представлений о роли правильного питания в жизни человека.



Также уделила внимание основным витаминам, необходимым для нормальной работы иммунной системы. И разместила информацию о том, где живут микробы. Как правильно мыть руки.







Добавила дидактические игры:

1. Сложи картинку. Цель: формировать умение правильно собирать изображение предмета из отдельных частей; развитие любознательности, познавательных интересов через ознакомление с различными видами спорта.



2. Распорядок дня в детском саду. Цель: закрепление с детьми представления о частях суток: (утро, день, вечер, ночь, составляющими режим дня.



3. Одень Алину на прогулку. Цель: закрепление знаний детей об одежде; формирование умения одевать куклу соответственно сезону года, погоде.



4. Опасно - не опасно! Цель: закрепить у детей представления об опасных для жизни и **здоровья предметах**.



5. Найди тень. Цель: учить детей находить заданные силуэты путем сравнения.



Будьте здоровы!