



## ***ЛЭПБУК «Здоровый образ жизни»***

### **ДЕТСКИЙ САД № 43 МЛАДШАЯ ГРУППА**

**ВОСПИТАТЕЛЬ:** Козлова Светлана Александровна

Аннотация: Дидактическое пособие ЛЭПбук «Здоровый образ жизни» представляет собой папку с карманами, в которых собрана информация по теме.

ЛЭПбук – информативен;

- полифункционален: способствует развитию творчества, воображения;

- вариативен (есть несколько вариантов использования каждой его части).

Пояснительная записка: Дидактическое пособие предназначено для детей младшего возраста. Данное пособие является средством развивающего обучения, предполагает использование современных технологий, технологий организации коллективной творческой деятельности, коммуникативных технологий, игровых технологий.

Цель дидактического пособия:

- формировать систему знаний, умений, навыков детей по теме «ЗОЖ»;
- развивать у детей внимание, память, мышление.

Образовательные задачи:

- формировать определенные знания по теме «ЗОЖ».

Развивающие задачи:

- повышать уровень интеллектуального развития;
- развивать навыки речевого общения;
- активизация словаря по теме;
- активизация восприятия, памяти, мыслительных операций.

#### Речевые задачи:

- способствовать развитию речи детей;
- пополнять активный и пассивный словарь детей;
- развивать связную речь.

#### Воспитательные задачи:

- формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью;
- формировать потребность в ведении здорового образа жизни.

#### Результаты использования ЛЭПбука «ЗОЖ»:

- формирование понятия о здоровом образе жизни;
- ведение здорового образа жизни;
- отказ от вредных привычек;
- быстрое запоминание стихов о здоровом образе жизни;
- развитие способности к анализу, обобщению;
- формирование умения самостоятельно делать выводы.

Материал: предметные картинки, карточки с загадками, сюжетные картинки на режим дня, физкультминутки, макет ребенка.



# ЛЭПБУК «ЗОЖ»

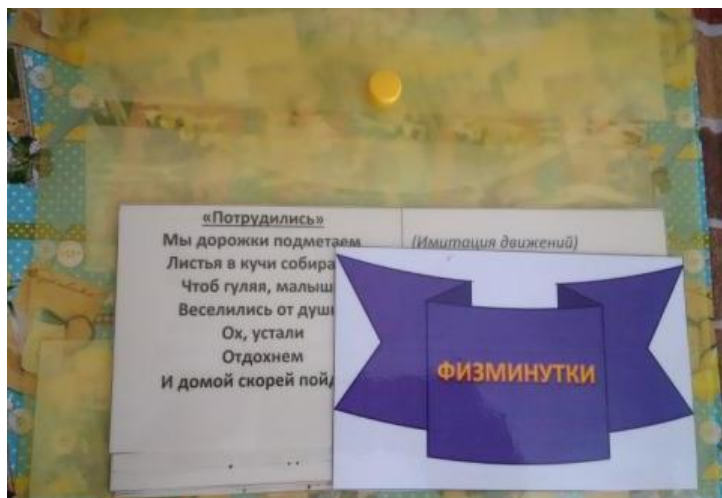




В центре размещены кармашки: Физминутки, Витамины в овощах и фруктах и кармашек с карточками для игры «Мой день».

### **Физкультминутки**

Цель: укреплять здоровье детей, воспитывать привычку делать упражнения с воспитателем, закреплять двигательные навыки (ловкость, быстроту, выносливость).



### **Витамины в овощах и фруктах**

Цель: показать и рассказать ребенку о тех витаминах, которые содержатся в овощах и фруктах.

### **Игра «Мой день»**

Цель игры:  
формировать у детей знание о времени суток, развивать внимание, память, речь.



На левой стороне ЛЭПбука размещены кармашки: стихи и загадки.

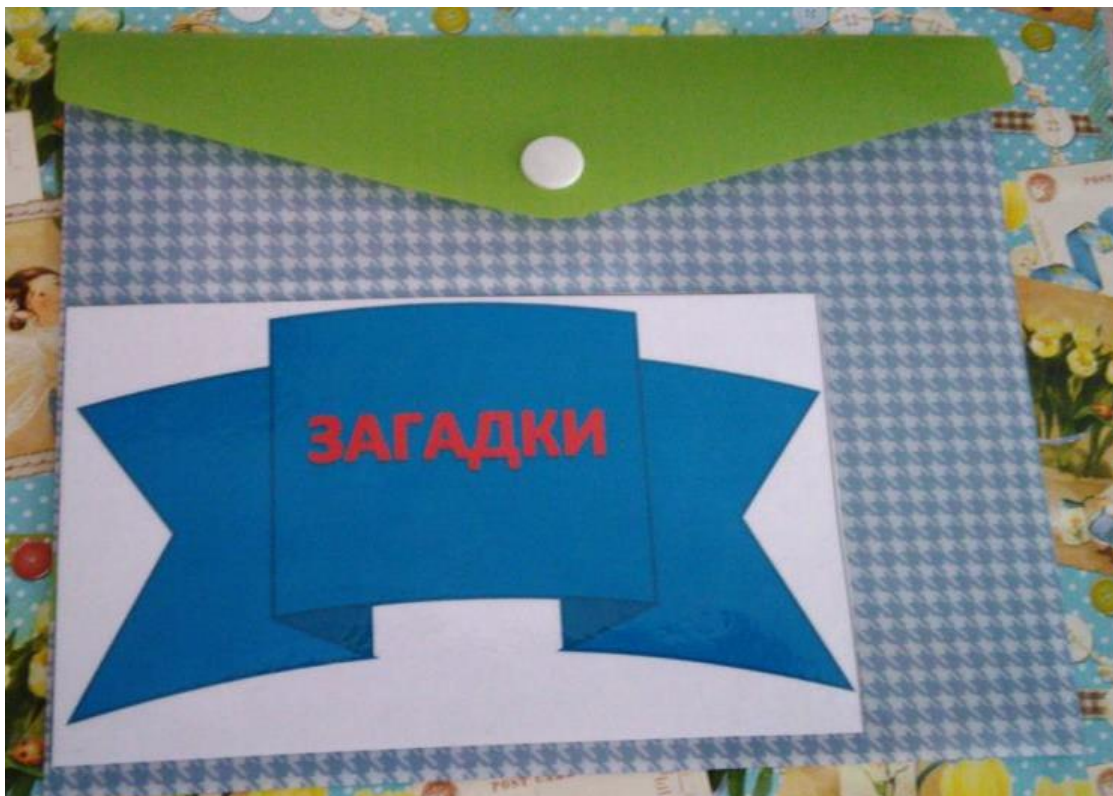
## Стихи

Цель: закреплять знания о культурно-гигиенических навыках.



## Загадки

Цель: научить ребенка видеть за образным описанием реальный предмет и его особенности.





Справа размещены кармашки: рассказ по картинке и разрезные картинки.

### **Рассказ по картинке**

Цель: слушать внимательно воспитателя, отвечать на вопросы.



### **Разрезные картинки**

Цель: упражнять детей в составлении целой сюжетной картинки из его частей. Развивать зрительное восприятие, усидчивость, целеустремленность. Развивать мелкую моторику рук, речь ребенка.



# **КОНСПЕКТ «ПУТЕШЕСТВИЕ В СТРАНУ ЗДОРОВЬЯ»**

**Цели:** воспитывать у детей стремление быть **здоровыми и счастливыми**.

## **Задачи:**

### **Образовательные:**

1. Формировать знания о **здоровом образе жизни**.
2. Формировать у детей понятие о том, что такое **здоровье**, что нужно делать для того, что бы быть **здоровым**.
3. Закрепить знания о правильном пользовании предметами гигиены и культурно-гигиеническими навыками.
4. Обучить **оздоровительному дыханию** (*дыхательная гимнастика*).
5. Упражнять в технике рисования тычком.

### **Воспитательные:**

1. Воспитывать бережное отношение к своему **здоровью**.
2. Воспитывать дружеские взаимоотношения, отзывчивость и доброту.

### **Развивающие:**

1. Развивать умение ориентироваться в группе, двигаться за воспитателем в определенном направлении.
2. Развивать коммуникативные способности.
3. Побуждать детей к самостоятельности и творчеству при выполнении физических упражнений.
4. Развивать и совершенствовать умения выполнять разнообразные движения под музыку.

## **Материалы:**

Воздушный шар с ленточками, сундучок с мячами, гигиенические принадлежности (расческа, мыло, полотенце, зубная щетка, зубная паста, мешочек-пузырь с воздушными шариками, краски, тычки, бумажная заготовка-банка.

**Предварительная работа:** беседы о **здоровье**, о витаминах; рассматривание картинок *«Культурно-гигиенические навыки»*, *«Занимаемся спортом»*; разучивание стихотворения про **здоровье и потешек**: *«Водичка, водичка...»*, *«Мыло душистое, белое, мыло...»*, *«Ай, лады, лады, лады, не боимся мы воды...»*; чтение сказок К. Чуковского *«Мойдодыр»*, *«Федорино горе»*; 3. Александровой *«Утром»*, *«Купание»*; А. Барто *«Девочка чумакая»*, *«Девочка-ревушка»*.



### **Ход занятия.**

Воспитатель: Дети, посмотрите, как сегодня у нас много гостей. **Поздоровайтесь.** Здравствуйте, это значит пожелать **здоровья**. Давайте пожелаем друг другу **здоровья**.

Игра-приветствие «*Здравствуйте ладошки...*»

Здравствуйте, ладошки! хлоп-хлоп-хлоп!

Здравствуйте, ножки! топ-топ-топ!

Здравствуйте, щечки! плюх-плюх-плюх!

Пухленькие щечки! плюх-плюх-плюх!

Здравствуйте, губки! чмок-чмок-чмок!

Здравствуйте, зубки! щелк-щелк-щелк!

Здравствуй, мой носик! бип-бип-бип!

Здравствуйте, малышки! всем привет!

*(машут рукой)*

Воспитатель: Мы с вами сейчас подарили друг другу частичку **здоровья**, а теперь давайте с вами отправиться в волшебное **путешествие в Страну здоровья**, чтобы узнать, что нужно делать, чтобы быть **здоровым**.

Воспитатель: А в **Страну здоровья** мы с вами отправимся на воздушном шаре.

*(воспитатель обращает во внимание детей на воздушный шарик)*

Воспитатель: Дети, что-то наш шарик очень маленький нам надо его надуть

Дыхательная гимнастика «*Мой воздушный шарик*»

Каждый день я шарик дую.

Над дыханием колдую.

Шарик я надуть стремлюсь.

И сильнее становлюсь.

Воспитатель: Ну что же наш шарик готов к **путешествию**.

Беритесь каждый за веревочку, и мы отправляемся в путь.

Вот мы с вами покружились

**В Стране здоровья очутились**

Воспитатель: Дети, смотрите, какая необычная, волшебная елочка, что вы видите на ней?

Ответы детей:

Зубные щетки, пасты, расчески, мыло, полотенце.

Воспитатель: Для чего нужны эти предметы?

*(воспитатель спрашивает каждого ребенка)*

Ответы детей

Воспитатель: Чтобы быть **здоровыми**, мы должны ухаживать за своим телом, чистить зубы, умываться и расчесываться.

Воспитатель: Всем известно, всем понятно, что **здоровым быть приятно!** Только надо знать как **здоровым стать**, приучай себя к порядку, делай каждый день зарядку!

Воспитатель: А вы, дети, умеете делать зарядку? Давайте покажем.

Дети встали, улыбнулись,

Выше к солнцу потянулись

Вправо, влево повернулись,

Сели, встали, Сели, встали.

И на месте побежали.

Воспитатель: Молодцы. Мы с вами зарядились бодростью.

Волшебный сундучок

Воспитатель: Дети, посмотрите! Что за чудо сундучок, всем ребятам он дружок, очень хочется всем нам посмотреть ну что же там.

*(В сундучке лежат мячики)*

Дети вы хотите поиграть с волшебными мячами.

Дети: Да.

Этот мячик не простой *(Движения выполняются по тексту)*

Весь колючий, вот такой.

Меж ладошками кладем.

Им ладошки разотрем.

Вверх и вниз его катаем

Свои ручки развиваем!



Воспитатель: Вот мы с вами еще получили частичку **здоровья**.

Дети, чтобы быть **здоровыми** и счастливыми нужно кушать витамины. Все витамины живут в домиках, а домиками являются овощи и фрукты, которые мы с вами едим. А еще витамины живут в баночках. Посмотрите, сколько здесь баночек. Ой, а баночки у нас пустые. Давай заполним их витаминами, а витамины мы нарисуем.

*(Дети подходят к столу и рисуют тычками витамины)*

Воспитатель: Рисовать мы будем желтой краской, тычками. Молодцы!

Воспитатель: Наше **путешествие по Стране Здоровья подходит к концу**. Дети, а где наш воздушный шар? Давайте его поищем глазками?

Гимнастика для глаз.

Глазки смотрят высоко *(посмотреть вверх)*.

Глазки смотрят низко, *(посмотреть вниз)*.

Глазки смотрят далеко, *(посмотреть в окно)*.

Глазки смотрят близко, *(посмотреть друг на друга)*

Воспитатель: Дети, а вот и воздушный шар прилетел. Да не один, а со своими друзьями воздушными шариками.

Воспитатель: Пора возвращаться в детский садик.

Покружились, в детский сад мы возвратились. Мы с вами побывали в **Стране Здоровья**. Чтобы быть **здоровыми** нужно:

1. Чаще улыбаться.
2. Делать зарядку.
3. Быть всегда чистыми.
4. Гулять на свежем воздухе.
5. Кушать только полезные продукты, богатые витаминами.