Министерство образования и молодежной политики Свердловской области

# ГАПОУ СО «Ревдинский педагогический колледж»

*Кафедра общеобразовательной подготовки*

# Книга из фетра как средство формирования и развития культуры здорового образа жизни дошкольника

*Индивидуальный проект*

Исполнитель:

Иванченко Яна Александровна,

студентка 14 группы

специальность 44.02.01

«Дошкольное образование»

# Руководитель:

Семка Татьяна Леонидовна,

Преподаватель истории и

обществознания,

I квалификационная категория

2023 

# Содержание

# Введение…………………………………………………………………….….3-5

# Глава I. Роль игровой деятельности в развитии культуры здорового образа дошкольника

## 1.1 Портрет личности дошкольника, составленный на основе анализа научно – педагогической литературы…………………………………….6-8

## **1.2. Особенности формирования культуры здорового образа жизни дошкольника………………………………………………………………….8-9**

## 1.3. Применение игровых технологий в формировании культуры здорового образа жизни дошкольника………………………………….9- 10

**1.4. Технология – пособие «Книга из фетра»………………………...10-12**

# Глава II . Использование книги из фетра в формировании культуры ЗОЖ дошкольника

## 2.1 Что такое книга из фетра. Особенности её применения…..…12-13

## 2.2 Мастер-класс по изготовлению тематической книги из фетра «Культура ЗОЖ дошкольника» ……………………………………….13-17

## 2.3 Воспитательные и развивающие возможности книги из фетра: алгоритм работы с книгой…………………………………………….17-19

## 2.4 Фрагмент учебного занятия «Знакомство с миром ЗОЖ»………19-21

# Заключение…………………………………………………………..……21-22

# Список использованных источников…………………………………….23

# Введение

На сегодняшний день здоровье, здоровый образ жизни находятся под пристальным вниманием специалистов, так как здоровье нации находится под угрозой. Связано это и с экологической обстановкой, с кулинарными предпочтениями современного поколения, с качеством пищи и другими немаловажными факторами. А ведь здоровый образ жизни - это основа жизни общества. К сожалению, культура ЗОЖ не дается с рождения, а воспитывается. Очень важно начать воспитывать культуру здорового образа жизни как можно раньше. И именно дошкольный возраст является согласно психологическим особенностям благотворным временем для привития навыков здорового образа жизни. Конечно, большая часть заботы о воспитании культуры ЗОЖ ложится на плечи родителей, но правильные технологии, используемые воспитателями в Детских садах и школах, способствуют формированию этой культуры. Поэтому главной задачей воспитательных и образовательных учреждений становится поиск эффективных технологий и средств, способствующих формированию и развитию культуры ЗОЖ.

Существует большое количество разнообразных технологий, среди которых есть такая удивительная, как «Книга из фетра». Мягкая развивающая книга предназначена для развития ребенка дошкольного возраста. Благодаря своим интересным и увлекательным заданиям, ярким, красочным аппликациям и симпатичным персонажам – эти книги заинтересовывают детей, делают игры эффективными, увлекательными, разнообразными и продуктивными. Книга не только помогает поддержать интерес к выполнению упражнений, но также способствуют развитию тактильных ощущений, мелкой моторики, речи, пространственного воображения, внимания, памяти, усидчивости и аккуратности детей дошкольного возраста. Ещё одна особенность – такая книга подойдёт для занятий в группах всех возрастов. Можно выбрать задания под силу каждому.

Актуальность данного проекта очевидна: ключевыми принципами «Стратегии развития воспитания  в Российской Федерации на период до 2025 года», является реализация основополагающего права каждого ребёнка «жить и воспитываться в семье, сбережение здоровья каждого ребёнка, формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни». В «Стратегии» отмечается, что у значительной части детей дошкольного возраста обнаруживаются различные заболевания и функциональные отклонения. В «Концепции содержания непрерывного образования (дошкольное и начальное звено)», большое внимание уделяется задаче развития у детей представлений о здоровье и ЗОЖ, воспитания здоровьесберегающего поведения. При этом формирование ценностного отношения к здоровью и ЗОЖ у детей дошкольного возраста будет успешным, если воспитатель использует эффективные технологии и средства, например, такие, как «Книга из фетра», которая помимо формирования и развития культуры ЗОЖ способствует развитию мелкой моторики, речи, творческого потенциала.

# Проблема: как создать и использовать Книгу из фетра для формирования и развития культуры здорового образа жизни дошкольника

**Объект исследования**: условия формирования культуры ЗОЖ дошкольника

**Предмет исследования**: технология «Книга из фетра» как средство формирования и развития культуры ЗОЖ дошкольника.

***Цель* моего *проекта*:** разработать мастер-класс по изготовлению и применению книги из фетра в воспитании дошкольника; создать книгу из фетра.

**Задачи*:***

1. Изучить научно-педагогическую литературу по теме проекта;

2. На основе научно-педагогической литературы составить характеристику дошкольника;

3. Представить подходы в формировании культуры ЗОЖ дошкольника;

4. Показать роль игровой деятельности и игровых технологий в воспитании дошкольника;

5. Представить алгоритм создания тематической книги из фетра «Знакомство с миром ЗОЖ» и её развивающие и воспитательные функции.

**Методы:**

• теоретические: анализ, синтез, обобщение

• практические

**Теоретическая основа**: Э.Я.Степаненкова , П.А.Петряков , М.Е.Шувалов.

**Практическая значимость**: Данная разработка может быть полезна для проведения занятий в детском саду, занятий родителей с детьми.

# Глава I. Роль игровой деятельности в развитии культуры здорового образа дошкольника

# 

## 1.1 Портрет личности дошкольника, составленный на основе анализа научно – педагогической литературы

На основе анализа изученной научно-педагогической литературы составлена характеристика личности дошкольника.

Дошкольный возраст охватывает период от 2 до 6 лет и определяется важнейшим обстоятельством в жизни ребёнка - его адаптации и подготовки к школе. В данном возрасте достаточно заметно происходит формирование личности ребёнка. Личность - совокупность качеств, которые приобретаются в процессе жизни. Адаптация в детском саду, а также дальнейшее поступление в школу, является главным моментом в жизни ребёнка. Складываются отношения со сверстниками и даже со взрослыми, ребёнок включается в коллектив.

Каждый ребенок индивидуален по - своему. У каждого дошкольника разные черты характера, манера поведения, темперамент, а также способности и умения. Но, каждого ребенка объединяют такие качества как: общительность, жизнерадостность и беззаботность. Многие дети обладают талантами в той или иной сфер, кто - то занимается вокалом, другие танцами, а у некоторых проявляются способности в более точных науках. Поведение также может быть разным, одни более дисциплинированные, а другие любят побаловаться - все это закладывается воспитанием и теми, кто их окружает.

**Дошкольный возраст** — этап психического развития ребёнка в возрастном диапазоне от 3 до 7 лет.

В его рамках выделяют три периода:

1.младший дошкольный возраст — от 3 до 4 лет;

2.средний дошкольный возраст — от 4 до 5 лет;

3.старший дошкольный возраст — от 5 до 7 лет.

**1.Младший дошкольный возраст**

Младший дошкольный возраст – это период от 3 до 4 лет жизни малыша. Направленность интересов ребенка младшего дошкольного возраста меняется заметно. Если раньше его интересовали окружающие предметы, то теперь он хочет, как можно больше узнать о взаимодействии людей. Он наблюдает за взрослыми и сверстниками, принимая некоторые их действия в качестве образца для собственной деятельности. Очень важным моментом в развитии детей младшего дошкольного возраста является появление способности устанавливать сложные причинно-следственные связи. Теперь ребенок не просто овладевает новыми способами действия – он знает не только, что и как делать, но и к чему приведет выполненное им действие.

**2.Средний дошкольный возраст**

Средний дошкольный возраст – период с 4 до 5 лет. Активно идет и психическое развитие, в том числе умение устанавливать социальные контакты, что можно заметить по тому, как дети во время игры объединяются в небольшие группы и учатся действовать вместе.

Происходит активное развитие игровой деятельности, а также других, не менее важных для развития ребенка действий – конструирования, изобразительной деятельности. В этом плане большую роль играет развитие восприятия, которое в норме становится способным выделить в исследуемом предмете отдельные части и установить связь между ними.

Умение устанавливать такие связи приводит ребенка к пониманию необходимости дополнить картину мира на основании знаний, полученных от взрослого, поэтому к пятому году жизни родителям надо быть готовыми отвечать на многочисленные «почему», «как» и «зачем».

**3.Старший дошкольный возраст**

Старший дошкольный возраст – период развития ребенка с 5 до 7 лет. Он начинает понимать, кто он (на основании знаний и представлений о себе) и какой он (самооценка). К 7 годам ребенок обладает достаточно адекватной самооценкой, однако она может отличаться и быть как завышенной, так и заниженной. Дети дошкольного возраста с неоправданно высокой самооценкой как правило более раскованные, мало восприимчивы к своим неудачам и не осознают их, резко реагируют на отсутствие похвалы и на критику. Напротив, дети с заниженной самооценкой являются крайне неуверенными в себе, не общительны, не любят проявлять инициативу.

Дошкольный возраст характеризуется тем, что ведущим занятием ребенка в этот период является игра, которая помогает самосовершенствованию малыша. В игре он знакомится с окружающим миром, учится контролировать свои эмоции и желания. Имитируя различные ситуации, ребенок подражает взрослым, копирует поведение, тем самым учится взаимоотношению с другими людьми, коммуникабельности и открытости.

## **1.2. Особенности формирования культуры здорового образа жизни дошкольника**

С каждым днем становится сложнее сохранять и укреплять свое здоровье. Всё зависит от здоровья, поэтому для этой проблемы требуется особое внимание. И формирование ЗОЖ у детей - очень важная проблема. Из-за этого главной целью педагога, становится формирование культуры здорового образа жизни дошкольников. Для этого, педагоги в процессе обучения детей стараются привить детям внимание к своему здоровью, а также рассказать о составляющей ЗОЖ. И, так как дошкольный возраст является основой для знаний, необходимо формировать у детей хорошие привычки и укреплять своё здоровье. Помощником в этом становится игра, в которой ребенок приобретает знания и делает выводы о чем-либо. Для ребенка игра-это неимоверно интересное времяпровождения, а у дошкольников - это ведущий вид деятельности. Поэтому, воспитание происходит как раз таки в игре. Значение игры в развитие и становления дошкольника велико. Играя, ребенок постигает окружающий мир, укрепляет своё здоровье в подвижных играх, узнаёт, как правильно поступить в той или иной ситуации. Но игры бывают разные, а именно:

- подвижные;

- дидактические;

- сюжетно-ролевые;

- театрализованные.

С помощью любых из вышеперечисленных игр можно развить в детях культуру здорового образа жизни. Для этого необходимо правильно организовать игру, которая будет формировать знания о ЗОЖ у ребят. Дети будут усваивать материал, а после чего делиться своими знаниями со сверстниками. Ведь получать материал в виде игры, намного интереснее, чем просто запоминать или читать. Именно поэтому в игре ребёнок не только отдыхает и весело проводить время, но и развивается. Но так же не стоит забывать, что воспитателями ещё являются родители, которые обязательно должны дома закреплять материал и также учить детей. Ведь именно при совместной работе педагога и родителя будет действительно результат.

## 1.3. Применение игровых технологий в формировании культуры здорового образа жизни дошкольника

Известно ,что дошкольный возраст является тем периодом, когда детям стоит прививать хорошие привычки и внимательность к своему здоровью. Это является самой главной целью педагога и родителей, для достижения которой педагогу в детском саду необходимо формировать у ребенка понимание о значение здоровья. Но всё это будет напрасно, если родители не будут закреплять дома данные знания. Педагог и родители должны работать вместе для того, чтобы добиться действительно высокого результата , а именно в детском саду должны проводится намного чаще родительские собрания, различные мероприятия и конкурсы. Родители должны показывать своему ребенку хороший пример, например : хорошо питаться, делать зарядку, соблюдать гигиену, режим и т.д . А педагогу следует уделить особое внимание на различные напоминания, алгоритмы, физ. минутки, прогулку на свежем воздухе, гимнастику для глаз . Ведь упражнения оказывают хорошее влияние на осанку, стопы, зрение . В итоге у ребенка сформируется понимание о том ,что полезно и что вредно для его здоровья. Но если преподнести эту информацию просто, например, в форме разговора с ребенком, это будет не так интересно, как игра. Игра для ребенка - это самое интересное и удивительное времяпровождение, где ребёнок познаёт мир и хорошо усваивает различную информацию. Игра выступает в роли физического, умственного и психического развития у детей. Следовательно, при использовании игровых технологий, воздействие на детей будет более эффективно.

*Игровые технологии* - это вид деятельности, который состоит из средств и приемов организации педагогического процесса в форме различных педагогических игр.

**1.4. Технология – пособие «Книга из фетра»**

Данное пособие соответствуют принципам ФГОС ДОО, оно содержательно – насыщено, полифункционально, доступно, безопасно, трансформируемо.

Книги охватывают следующие образовательные области, представляющие определенные направления развития и образования. Социально – коммуникативное развитие направлено на развитие общения и взаимодействия со взрослыми и сверстниками; становление самостоятельности, целенаправленности и саморегуляции собственных действий; формирование готовности к совместной деятельности со сверстниками. Познавательное развитие предполагает развитие интересов детей, любознательности и познавательной мотивации формирование познавательных действий, становления сознания; развитие воображения и творческой активности; формирование представлений об объектах окружающего мира, о свойствах и отношениях объектов окружающего мира (форме, цвете, размере, материале, количестве, числе, части и целом, пространстве и др.), об особенностях природы, временах года и т.д. Речевое развитие направлено на овладение речью как средством общения и культуры; обогащение активного словаря; развитие связной грамматически правильной диалогической и монологической речи; развитие речевого творчества; знакомство с книжной культурой. Художественно- эстетическое развитие предполагает понимание мира природы, становление эстетического отношения к окружающему миру; реализацию самостоятельной творческой деятельности детей. Физическое развитие предполагает развитие крупной и мелкой моторики обеих рук.

Данное пособие возможно использовать как организационный момент для НОД. Его цель – собрать детей, настроить и подвести их теме и цели занятия. Сюда включаются упражнения на внимание, развитие памяти, закрепляется материал прошлого занятия, применение материла по лексическим темам, готовит детей к восприятию нового и интересного.

Дидактический материал в книге можно дополнять персонажами, тем самым расширять познавательный интерес. На каждой станице книги есть несколько вариантов игр и упражнений. Дети легко могут самостоятельно играть этим пособием: рассматривать, щупать, манипулировать персонажами, сочинять новые истории, сказки и игры, помещая своих героев на других страничках. Такая необычная подача материала привлекает внимание ребёнка, и он ещё не раз возвратится к этой книге, чтобы полистать- поиграть в неё, а заодно, незаметно для себя самого, повторить пройденный материал. Работать с пособием легко и удобно, оно мягкое, безопасное, **«подвижное»**, и сразу несколько детей могут с ним играть одновременно. В любое удобное время ребенок просто открывает и с радостью повторяет пройденное, играет рассматривая книжку.

Дети любят рассказывать родителям и сверстникам, о том как интересно играть с нашей **«волшебной»** книгой. Дополнительных персонажей для книги готовим совместно с детьми и их родителями. Дети очень бережно относятся к продукту своего творчества и с гордостью рассказывают и показывают его.

# Глава II . Использование книги из фетра в формировании культуры ЗОЖ дошкольника

## 2.1 Что такое книга из фетра. Особенности её применения

Книга из фетра – это книга, которая изготовлена из фетра и включает в себя задания для детей. Данные книги не продаются в книжных магазинах, а шьются на заказ с использованием дополнительных материалов: пуговиц, липучек, шнуровки, ткани, молнии и нашивок. Использование этих материалов для изготовления книги очень актуально, так как помогает развить у ребенка усидчивость, моторику рук, а также помогает наглядно усваивать изученный материал. Задания могут быть самыми разнообразными и направлены на усвоение:

* цветов;
* букв;
* геометрических фигур;
* животных;
* продуктов питания и т .д

Книги из фетра пользуются популярностью, так как они очень удобны в использовании , ведь они сделаны из мягкого, натурального и безопасного материала, а также книги разделяют на отдельные возрастные категории детей дошкольного возраста. Например: книжка – малышка направлена на аудиторию детей от 6 месяцев до 2 лет и имеет достаточно маленькие размеры, примерно 10 см длина и ширина. Детали для книжки – малышки изготавливают более крупными для того, чтобы ребенок не взял в рот. Помимо этого используются яркие цвета для лучшего цветовосприятия. Следующий вид книги из фетра – это развивающая книга, которая предназначена для детей от 2 лет до 6 лет. Для развивающей книги характерны мелкие, съемные детали, а также размеры побольше. И заключительным видом книги из фетра является тематическая книга. Книга направлена на изучение конкретной темы и имеет сюжет. Именно тематическую книгу я и выбрала, именно с такой книгой будет интересно поработать, ведь там более проработанные детали, маленькие элементы. Кроме того, моя будущая профессия связана с детьми дошкольного возраста, что соответствует выбранному виду книги.

Особенностью книги из фетра являются и области её применения. Одной из них является занятие родителей с детьми. Ведь ребята должны развиваться не только в садике, но и дома. Также данную разработку могут использовать воспитатели в своей деятельности. Как я сказала ранее можно создать книгу из фетра абсолютно на любую тему, после чего проводить с детьми интересные занятия. Можно создать книгу из фетра по сказке, где будут съемные детали и оформление, воспроизводящие сюжет сказки, таким образом, ребятам слушать сказки будет намного интереснее. Стоит напомнить, что изготовление необычных книг может послужить и способом дополнительного заработка, так как себестоимость одной такой книги составляет примерно 500-700 рублей , а если зайти в Интернет, то мы увидим стоимость, которая варьируется от 1400 до 2800 рублей.

## 2.2 Мастер-класс по изготовлению тематической книги из фетра «Культура ЗОЖ дошкольника»

Во время изготовления книги из фетра я снимала мастер-класс, где подробно объяснила алгоритм создания книги, а также наглядно показала все детали   
<https://drive.google.com/file/d/1ALvGSFzBAQ7SLRDfotwcN6XW-N2GbWPh/view?usp=drivesdk>  
--Что необходимо сделать, чтобы создать такую необыкновенную книгу?

Расскажу, описав свои действия.

Прежде всего, я отправилась в магазин текстиля и ткани, где купила нужные материалы для создания тематической книги:

* фетр (тонкий и толстый)
* нитки «мулине»
* иглы для нитки «мулине»
* молнию
* шнурок - 20 см
* атласную ленту
* крупные пуговицы – 6 шт
* нашивки – 3 шт
* набор липучек
* ткань – 15\*15 см (рисунок 1)
* клей



**Рисунок 1 . Материалы для книги из фетра**

Также стоит напомнить, что прежде чем начать изготавливать изделие, нужно правильно организовать рабочее место. Рабочее место должно быть хорошо освещено и работать нужно за столом. Не нужно забывать и о безопасности: для этого необходимо убрать волосы и использовать фартук, так как работать предстоит с клеем и швейными принадлежностями.

Итак, приступим к созданию тематической книги из фетра. В первую очередь необходимо нарисовать эскиз наших страниц, ведь так будет намного легче. Наша книга будет включать в себя 3 раздела, связано это с тем, что здоровый образ жизни включает культуру питания, культуру гигиены и культуру спорта (таблица 1)

Таблица 1

|  |  |
| --- | --- |
| **Материалы, которые потребуются для создания данной страницы** | **Технология изготовления** |
| Обложка книги: фетр (плотный), атласные ленты, нашивки | Сворачиваем фетр вдвое и кладем нашивки мишку и паровозик, после чего прикладываем ткань и проглаживаем утюгом, тоже самое проделываем на форзаце книги с паровозиком. И делаем небольшие отверстия на корешке книги, для крепления страниц с помощью атласных лент. А также делаем застежку для того, чтобы книга закрывалась. Рисуем и вырезаем деталь, пришиваем и клеим самоклеящиеся липучки. |
| **Страница №1:** фетр, нитка мулине, иглы, ножницы, клей пистолет | Формат А4 фетра делим на две равные части и изготавливаем фрукты, овощи и вредные продукты. После чего делаем две одинаковых по размеру вазы, но разные по цвету: красную и зеленую, пришиваем вазы к фетру швом «Вперед иголку». А также каждую страничку обрабатываем швом, страничку с красной вазочкой обрабатываем обметочным (петельным) швом. |
| **Страница № 2:** фетр, нитка мулине и обычная, крупные пуговицы | Также берем 2 половинки фетра формата А4 и пришиваем по 3 пуговицы на каждую половинку, располагая пуговицы в разной последовательности. После чего приступаем к созданию карточек, для этого вырезаем нужные символы, например: сон – это кровать, человек, луна и звездочка, а принятие водных процедур – это душ, ванна и т.д. Пришиваем символы к карточкам швом «Вперед иголку», карточки – это петельки и квадраты красного и зеленого цвета, а также разного размера для того, чтобы ребенок мог сравнивать размеры геометрических фигур. Сшиваем предыдущую страницу ( с зеленой вазой) со страницей с пуговицами с помощью косой обметочной строчки. |
| **Страница №3:** фетр, липучки, нитки, ткань , шнурок | Вырезаем карточки с символами: мяч, гантели и бадминтон. Карточки - это квадраты разного размера. А символы – это круг, воланы для бадминтона и гантели. И пришиваем швом «Вперед иголку». После чего приклеиваем самоклеящиеся липучки на карточки и на страницу. А позднее сшиваем предыдущую страницу с этой. Для создания кроссовка мы рисуем, а позже вырезаем наши заготовки из фетра и ткани и пришиваем. Далее делаем небольшие отверстия для шнурка и продеваем шнурок в кроссовок. |
| **Следующая страница:** фетр, молния, нитки | На фетре рисуем спортивную кофту и вырезаем. Потом разрезаем деталь на 2 равные части и пришиваем молнию с двух сторон. Далее пришиваем кофту к странице. И сшиваем страницу с предыдущей. |

## 2.3 Воспитательные и развивающие возможности книги из фетра: алгоритм работы с книгой

## <https://drive.google.com/file/d/1BOpBA-MABxXXiO5UxdDyWVBn4JaI0Op0/view?usp=drivesdk>

Как я сказала ранее, книга включает в себя 3 раздела, по каждому разделу составлены самые разнообразные задания.

Первая страница включает задания, связанные с культурой питания: на этой странице нужно расположить продукты питания согласно соответствующему цвету вазы. Таким образом, у ребенка будут формироваться знания и навыки, какие продукты полезны и приносят нашему организму пользу, а какие вредные. Также в процессе выполнения данного задания взрослый с ребенком может проговаривать: цвет продукта, форму, вкус – это будет способствовать развитию речи.  Питание – это неотъемлемая часть здорового образа жизни, а для ребенка питание особенно важно, от качества питания и воспитания продуктовых предпочтений будет зависеть, как малыш будет расти и развиваться.

Следующая страница с заданиями позволит укрепить знания ребенка о гигиене. Для этого нужно расположить карточки с символами на красную и зеленую страничку. Зеленая страничка - это хорошие привычки, а красная – плохие. Выполняя задание, ребята закрепляют на пуговицы карточки с уместными символами и развивают моторику рук , внимание , а также учатся устанавливать связь между предметами. Не стоит беспокоиться и о безопасности, ведь пуговицы крупные, а не маленькие и очень крепко пришиты (на это обратить внимание в процессе изготовления книги), что гарантирует безопасность игры. Помимо этого карточки имеют одну форму, но разный размер, поэтому можно попробовать расположить карточки в порядке возрастания или убывания, в этот момент проговаривая, что изображено на карточках. Данные действия окажут положительное влияние на развитие речи, моторику рук, ориентацию в размерах геометрических фигур.

Заключительный раздел тематической книги из фетра связан с культурой физического развития - спортом. Для выполнения задания ребенку необходимо прикрепить на липучки карточки с символами и проговаривать, что это такое, к какому виду спорта относится, цвет, как это можно использовать и где это используют. Кроме того, можно спросить у детей о том, какие виды спорта они знают, какой спортивный инвентарь используется в разных видах спорта, что они в целом знают о спорте. Важно помнить, что в спорте необходима удобная спортивная одежда и обувь. Обувь позволит предотвратить травмы стопы при выполнении спортивных движений , а специальная одежда поможет защитить наше здоровье. Именно поэтому на следующей стороне расположен кроссовок, на котором можно тренироваться шнуровать обувь, завязывать узлы и бантики. Надо сказать, что шнурование обуви - одна из актуальных проблем современного времени, так как современные родители предпочитают для своих детей покупать обувь на липучках или вообще без шнуровки, что понятно, так как такую обувь быстрее надевать и снимать.

А на следующей странице расположена спортивная кофта на молнии для того, чтобы ребенок приобрел навыки застегивания одежды и обуви. Это тоже не случайно, ведь педагоги часто сталкиваются с неумением детей застегивать куртки, завязывать бантики на ботиночках и пристегивать кофточки на пуговицах.

В итоге можно прийти к такому выводу, что тематическая книга из фетра на тему «Знакомство с миром ЗОЖ» обладает не только воспитательными функциями, но и развивающими.

## 2.4 Фрагмент учебного занятия «Знакомство с миром ЗОЖ»

С помощью моей разработки можно проводить неимоверно интересные занятия в детском саду для детей. Для этого я разработала сценарий занятия, который смогут использовать воспитатели в своей деятельности и родители дома.

**Воспитатель:** Дорогие друзья, книги бывают разные, и сегодня мы познакомимся с вами с удивительной книгой из фетра. А вы любите путешествовать? Ведь именно сегодня нам удастся попасть в необыкновенный мир здорового образа жизни, мы будим внимательно слушать, выполнять задания и отвечать на вопросы. Только давайте мы не будем перебивать друг друга и будем отвечать по поднятой руке.

Ребята, давайте мы объединимся по два человека и на каждую страничку будем выходить в паре, а на следующую страницу выйдет другая пара и так далее, ну а дальше мы поменяем последовательность для того, чтобы каждый выполнил задания на каждой страничке.

На первой странице нужно расположить продукты питания, согласно цвету вазы. В зеленую вазу нужно поместить полезные продукты, а в красную-вредные продукты. Поэтому на столе лежат продукты и вы по очереди берете и рассуждаете, в какую вазу отправить, какую форму, цвет и вкус имеет (дети выполняют задание). Вы большие молодцы! А какие еще полезные и вредные продукты вы знаете? (дети отвечают) Абсолютно верно! Питание – это неотъемлемая часть здорового образа жизни, а для вас питание особенно важно, так как вы растете и развиваетесь.

**(Выходит другая пара)** На следующем этапе давайте попробуем пристегнуть карточки с символами на красную и зеленую страницу на пуговицы, проговаривая, что изображено на карточках. Зеленая сторона - это хорошие привычки, а красная – плохие (дети выполняют задание). Все правильно! А теперь попробуйте расположить эти карточки в порядке возрастания, от меньшего к большему. И в порядке убывания, от большего к меньшему (дети выполняют задание). Верно! Ребята, всегда нужно заботиться о себе и соблюдать правила гигиены не только, чтобы красиво и чисто выглядеть, но и для того, чтобы в вашем организме не было бактерий и вирусов.

**(Выходит следующая пара)** Как вы думаете, что еще помогает человеку быть здоровым? (дети отвечают) Правильно, спорт! А вы занимаетесь спортом? (дети отвечают) Сейчас вам необходимо прикрепить на липучки карточки с символами и проговаривать, что это такое, к какому виду спорта относится тот или иной цвет, как это можно использовать и где это используют. Вы выполнили задание безошибочно! А какие виды спорта вы еще знаете? Какой спортивный инвентарь используется в хоккее (футболе, баскетболе и т.п)? Что знаете о спорте? (дети отвечают) А еще для занятий спортом необходима удобная спортивная одежда и обувь. Обувь позволит предотвратить травмы стопы при выполнении спортивных движений, а специальная одежда поможет защитить наше здоровье. Поэтому на страницах расположен кроссовок, сейчас мы потренируемся шнуровать обувь, завязывать узлы и бантики, а также посмотрим, кто быстро застегнёт и расстегнёт молнию на спортивной кофте. Проводя работу с этой страницей, можно устроить соревнования на скорость выполнения задания: Кто быстрее зашнурует кроссовок? Кто быстрее завяжет бантик? Кто быстрее застегнёт и расстегнёт кофту?

Большое спасибо, что вы внимательно слушали меня и отвечали на вопросы! Что вы узнали нового? Вам понравилось заниматься по книге из фетра?»

# Заключение

Во время работы над проектом «Книга из фетра как средство формирования и развития культуры здорового образа жизни дошкольника» были решены все поставленные задачи. По результатам проделанной работы можно сделать следующие выводы:

1. Очень важно и нужно прививать культуру ЗОЖ дошкольникам;
2. Книга из фетра обладает как воспитательными, так и развивающими функциями;
3. Необычную книгу может создать каждый, так как это не очень сложно;
4. Заниматься по книге из фетра ребенок может с воспитателем и дома с родителями;
5. Книга из фетра на тему «Знакомство с миром ЗОЖ» - это очень простое и эффективное средство формирования навыков здорового образа жизни.

Также в рамках данного проекта были разработаны продукты: тематическая книга из фетра, мастер-класс по созданию книги из фетра и видео, в котором подробно объясняется алгоритм работы с нашей книгой

<https://drive.google.com/file/d/1BOpBA-MABxXXiO5UxdDyWVBn4JaI0Op0/view?usp=drivesdk>

Данные материалы помогут воспитателям и родителям воздействовать на формирование и развитие культуры здорового образа жизни дошкольника в более интересной и необычной форме.

Кроме того, данная работа лично мне помогла развить такие качества, как терпение, усидчивость, ответственность, внимательность. Я научилась работать с фетром и создавать удивительные книги, что, безусловно, поможет мне в моей будущей профессии «педагог дошкольного образования» и в моей будущей социальной роли – матери.

# Список использованных источников

1. «Дошкольная педагогика», С.А.Козлова, Т.А.Куликова: :[Электронный ресурс]. -Режим доступа:

<https://eduportal44.ru/Kostroma_EDU/detsad_43/DocLib7/%D0%BA%D0%BE%D0%B7%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%B0%20%D0%B4%D0%BE%D1%88%D0%BA%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0%D1%8F%20%D0%BF%D0%B5%D0%B4%D0%B0%D0%B3%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D0%BA%D0%B0.pdf> (дата обращения 15.11.2022)

1. «Занятия физической культурой в ДОУ», Горькова Л.Г., Обухова Л.А.»:[Электронный ресурс].-Режим доступа: <https://nashol.biz/searchdoc/146139> (дата обращения 15.11.2022)
2. «От рождения до школы», под редакцией Н.Е.Вераксы, Т.С.Комаровой, М.А.Васильевой: [сайт].-Режим доступа: <https://sch1708uz.mskobr.ru/files/2016/ot_rozhden_do_schkoly.pdf> (дата обращения 15.11.2022)
3. «Ребенок как личность», Марта Снайдер, Росс Снайдер, Росс Снайдер-младший:[Электронный ресурс ].- 1995 г.- Режим доступа: <https://klex.ru/14pw> (дата обращения 15.11.2022)
4. «Теория и методика физического воспитания и развития ребенка», Степаненкова Э.Я:[сайт].- 2006 г.-Режим доступа: <https://obuchalka.org/20190421108656/teoriya-i-metodika-fizicheskogo-vospitaniya-i-razvitiya-rebenka-stepanenkova-e-ya-2006.html> (дата обращения 15.11.2022)
5. AvidReaders.ru:[сайт].- 2015 г .- Режим доступа: <https://avidreaders.ru/book/teoriya-i-metodika-fizicheskogo-vospitaniya-detey.html> (дата обращения 15.11.2022). ЛитРес:[Электронный ресурс ].-Режим доступа: <https://www.litres.ru/evgeniy-komarovskiy/zdorove-rebenka-i-zdravyy-smysl-ego-rodstvennikov/chitat-onlayn/> (дата обращения 15.11.2022)