Государственное учреждение образования

«Ясли – сад №152 г. Минска»

**Описание лэпбука**

**« Путешествие в страну Здоровье»**

Подготовила:

Руководитель физического воспитания

Второй квалификационной категории

Нор Диана Валерьевна

Минск, 2021

Здоровый образ жизни – это деятельность людей, направленная на сохранение и улучшение здоровья. Проблема сохранения и укрепления здоровья является актуальной в наши дни. Здоровье - самое ценное, что есть у человека. В преамбуле Устава Всемирной организации здравоохранения *(ВОЗ)* здоровье трактуется как «такое состояние человека, которому свойственно не только отсутствие болезней или физических дефектов, но полное физическое, душевное и социальное благополучие». Это определение можно рассматривать как идеализированное, но оно дает возможность увидеть широкий смысл понятия *«здоровье»*. Ведение здорового образа жизни помогает нам не только сохранить здоровье, но также улучшить его и укрепить.

Внедрение технологии лэпбук в образовательный процесс позволяет нам в интересной и доступной для детей дошкольного возраста форме, сформировать потребность в ведении здорового образа жизни.

Предполагаемые результаты использования **лэпбука***«****Путешествие в страну Здоровье»***

1. 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).

3. Ребенок дошкольного возраста научится самостоятельно собирать и организовывать информацию – хорошая подготовка к обучению в школе.

4. Формирование понятия о здоровом образе жизни;

5. Проявление повышенного интереса к содержанию;

6. Проявление самостоятельности при работе с *«****лэпбуком****»*;

7. Ведение здорового образа жизни;

8. Быстрое запоминание стихов, пословиц, поговорок о здоровом образе жизни;

9. Развитие способности к анализу, обобщению, формирование умения самостоятельно делать выводы, умозаключения.

**Лэпбук***«****Путешествие в страну Здоровье****»* :

- информативен;

- способствует развитию творчества, воображения.

- пригоден к использованию как одним ребенком, так и одновременно группой детей *(в том числе, с участием взрослого как играющего партнера)*;

-обладает дидактическими свойствами.

-его структура и содержание доступно детям дошкольного возраста;

-обеспечивает игровую, познавательную, исследовательскую и творческую активность всех воспитанников.

**Цель:** формирование **здорового образа жизни у детей дошкольного возраста**.

**Задачи:**

1. Повышать уровень интеллектуального развития
2. формировать у детей осознанное отношение к своему **здоровью**,
3. формировать потребность в ведении **здорового образа жизни**.
4. Формировать целостную картину мира и расширение кругозора детей.
5. Обогатить и активизировать словарь детей.

**Лэпбук состоит из нескольких разделов:**

1. **Режим дня**

*Цель: формировать у детей представление о важности соблюдения режима дня, о влиянии его на здоровье человека.*

1. **Витамины**

*Цель: Дать представление о витаминах и их влиянии на организм. Формировать знания о том, в каких продуктах содержатся определенные витамины.*

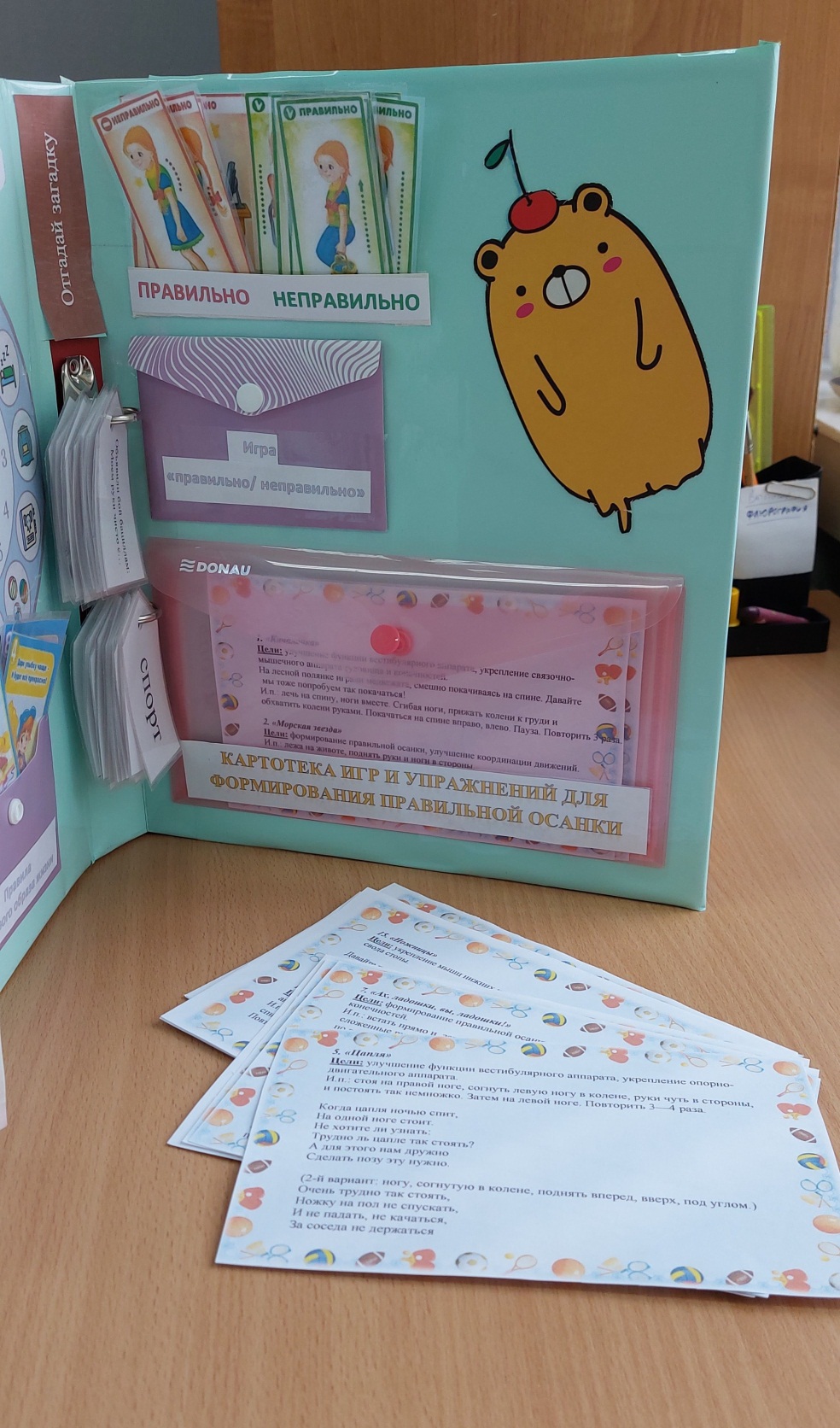
1. **Правила ЗОЖ**

*Цель: Дать представление через рассказы о мотивации здорового образа жизни у дошкольников, воспитание убежденности и потребности в нем.*

**

1. **Загадки и пословицы о ЗОЖ;**

*Цель: Формировать представление воспитанников о том, как сохранить здоровье, развивать память*

**

1. **Картотека упражнений для профилактики плоскостопия**

*Цель: формировать знания об упражнениях для профилактики плоскостопия; воспитать интерес и желание выполнять их ежедневно*

1. **Картотека упражнений для формирования правильной осанки**

*Цель: формировать знания об упражнениях для формирования правильной осанки; воспитать интерес и желание выполнять их ежедневно*

1. **Игра «правильно/неправильно»**

*Цель: формировать представление у детей о правильной осанке, понимание правильности выполнения различных видов деятельности и движений в повседневной жизни.*



1. **Игра «Спортивный пазл»**

*Цель: Развивать моторику рук, внимание, логическое мышление, усидчивость.*

1. **Игра «Назови вид спора по картинке»**

*Цель: воспитывать интерес у детей дошкольного возраста к здоровому образу жизни через пополнение знаний о спорте .*

1. **Игра «Найди здоровую стопу»**

*Цель: формировать представление о здоровье стопы, о влиянии внешних факторов на появление плоскостопия*



Использование в работе пособия как «лэпбук», позволяет эффективней решать образовательные задачи в дошкольном учреждении.