

Визитная карточка Лэпбук «Здоровый образ жизни»

*Веденяпина Надежда Владимировна
Каримова Гузель Абдулбаровна
воспитатели МБДОУ
«ДС № 305 г. Челябинска»*

Название лэпбук: Лэпбук «Здоровый образ жизни»

Возраст детей: 3-5 лет

Цель: формировать систему знаний, умений и навыков детей по здоровому образу жизни, способствовать развитию внимания, памяти, логического мышления, творческих способностей.

Лэпбук «Здоровый образ жизни» - это продукт создан в результате совместной деятельности педагогов и детей второй младшей группы по теме недели «Быть здоровыми хотим». Пособие многофункциональное, трансформируемое, мобильное, удобное как для детей, так и для педагога. Материал подобран с учетом индивидуальных особенностей детей. Значение лэпбука : соответствует основным требованиям ФГОС способствует пониманию и запоминанию информации по изучаемой теме способствует приобретению ребенком навыков самостоятельного сбора и организации информации по изучаемой теме способствует повторению и закреплению материала по пройденной теме.

Описание и наполнение пособия.

Лэпбук «Здоровый образ жизни» - представляет собой папки формата А4 с множеством карманов, в которых содержатся игры и задания для детей, вращающиеся круги, игры вкладыши на липучках и другой познавательный материал по формированию начальных представлений о здоровом образе жизни.

Лэпбук включает в себя:

Игра вкладыши на липучках «Режим дня дошкольника».

Цель: формирование представления детей о режиме дня и необходимости соблюдения режимных моментов для сохранения и укрепления собственного здоровья.

Правила: воспитанникам раздаются карточки, которые необходимо расставить в правильной последовательности. В этой игре игрушка волчок просит помочь детей и разложить по порядку картинки для режима дня на липучках. Помогает нам и деление дня на: утро, день, вечер и ночь, волчок с детьми проговаривает что ему делать надо утро, днем, вечером и ночью, помогает нам и проговаривание режима в детском саду. Правильные ответы прикрепляются на липучке.

Кармашек

«Личная

гигиена»

Цель: сформировать у дошкольников представления о здоровом образе жизни, о ценности здоровья и необходимости его сохранения и укрепления.

Вращающиеся круги

«Полезная и вредная еда»

Цель: формирование знаний у детей о полезной и неполезной пище.

Кармашек

«

Виды

спорта»

Цель: учить детей правильно называть виды спорта, различать их, рассказывать о них. Вызвать желание заняться каким-либо видом спорта.

Кармашек

«Правила

ЗОЖ»

Цель: уточнить и систематизировать знания детей о здоровом образе жизни и правилах личной гигиены.

Игра вкладыши на липучках «Алгоритм мытья рук»

Цель и: закрепить алгоритм мытья рук в игровой форме.

Правила : Детям нужно в определённой последовательности расположить карточки, что мы делаем сначала, после и т. д, не забывая проговаривать все свои действия

Дидактическая игра «Предметы гигиены»

Цель: закреплять знания детей о предметах личной гигиены.

Правила: Вариант 1: Рассмотреть внимательно картинку ,изображающую неопрятного ребенка. Подобрать картинки с предметами личной гигиены, которые необходимы для того, чтобы быть чистым, опрятным и аккуратным и объяснить его назначение, например: «Вот мыло и щетка для умывания». Или: «Вот гребень для того, чтобы девочка причесалась».

Вариант 2 : Воспитатель просит выбрать только картинки с изображением предметов, помогающих ухаживать за телом (лицом, зубами, волосами).

Затем воспитатель говорит: «Руки». Дети, которых она вызывает, отвечают: «Мыло, щетка, полотенце». Подобным же образом дети реагируют на слова «волосы» (гребень, щетка, ножницы, шампунь, мыло), «купание» (ванна, полотенце, душ, умывальник, губка, мыло и пр.).

Игра вертушка «Где живет витамины»

Цель: Формирование у детей представления о ЗОЖ: правильном питании, о значении витаминов для организма человека. Дать представление о витаминах, содержащихся во фруктах, овощах, ягодах и других продуктах. Закрепить влияние витаминов на здоровье человека.

Кармашек

«Чистим

зубы»

Цель : закрепление знаний воспитанников о культурно-гигиенических навыках

Правила: правильно разложить картинки по порядку, помогать друг другу при затруднениях, не перебивать друг друга.

Игра вкладыши на липучках «Пирамида»

Цель : формировать представление о белках, жирах и углеводах, что является энергетической ценностью рационального питания .

Книжка –раскладушка «Загадки о ЗОЖ»

Цель: формировать представление о здоровье как одной из главных ценностей человеческой жизни.

Кармашек «Зрительная гимнастики»

Цель укрепление здоровья и улучшения общего физического состояния ребенка: повысить силу, эластичность и тонус глазных мышц и глазодвигательных нервов.

Правила: . Зрительная гимнастика выполняется с помощью картотеки картин о «Гимнастика для глаз» , где нанесены определенные отметки для направления взгляда глаз, во время движения глаз голова остается на месте.

Кармашек «Дыхательная гимнастики»

Цель : укрепление здоровья и улучшения общего физического состояния ребенка; развивать дыхательную систему; повысить силу, эластичность и тонус глазных мышц и глазодвигательных нервов.

Правила : на развитие дыхательной системы (вдыхают через нос, а выдыхают через рот , используя картотеку «Поддувалочки»

Возможность использования лэпбука «Здоровый образ жизни» в работе по решению задач.

Пособие можно использовать :

- 1.Совместной деятельности
- 2.Индивидуальная работа
- 3.Самостоятельной деятельности
- 4.Консультаций с родителями

Резюме

Благодаря данной форме работы с лэпбуком, дети ориентируются в режиме дня, закрепляют знания о гигиене, имеют представление о полезной и вредной еде, витаминах, которые содержатся в полезных продуктах и конечно, что в себя включает «лэпбук «Здоровый образ жизни «Все игры, картинки, карточки, иллюстрации вложены в кармашки и их можно использовать в разных видах образовательной деятельности: в ОД, самостоятельной деятельности и в совместной деятельности педагога с детьми. А так же при организации индивидуальной работы с детьми, при проведении бесед о здоровье и здоровом образе жизни. Работа с лэпбуком позволяет нам, воспитателям, разнообразить работу, повысить познавательный интерес у детей, так как дети самостоятельно, в любое время могут им пользоваться. С помощью изготовленных дидактических игр дети закрепляют полученные знания.