

Лэпбук «ЗОЖ»



Выполнила : воспитатель
группы

«Облачко»

Сайфуллина А.Г.



- **Лэпбук рассчитан для детей 3 -5 лет**

- **Цель:**

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

- **Задачи:**

- Формировать начальные представления о здоровом образе жизни, соблюдении режима дня

- Развивать двигательную активность, моторику рук, логическое мышление, память, внимание;

- Воспитывать культурно – гигиенические навыки, любовь к себе, своему телу.



- **Картинка "Тело человека".**
- **Задачи:** ознакомить детей со строением тела человека, показать, как движутся части тела, какие функции выполняет каждая часть тела. Формировать у детей бережное отношение к своему здоровью;
- **Карточки здоровое питание (полезные продукты).**
- **Задачи:** познакомить с понятием "витамины", формировать представления об их значении, закрепить тему "продукты питания", раскрыть значение взаимосвязи правильного питания и здоровья;



- Карточки с правилами личной гигиены.
- Задачи: ознакомить с правилами и средствами гигиены, воспитывать аккуратность, совершенствовать навыки самостоятельного принятия гигиенических процедур;



- **Фоны**, содержащие картинки на темы ЗОЖ, КГН, "Здоровое питание", "Спорт" послужат в качестве красочного оформления лэпбука.



Пословицы и поговорки

Загадки

- ▶ «Пословицы», «Поговорки»
- ▶ Задачи: в увлекательной форме ознакомить дошкольников со структурой режима дня, видами деятельности, формировать интерес к сохранению собственного здоровья посредством соблюдения режима;



- **«Распорядок дня»**
- Цель: формирование представления детей о режиме дня и необходимости соблюдения режимных моментов для сохранения и укрепления собственного здоровья.
- **«Средства гигиены»**
- Цель: Развивать здоровые принципы ухода за собой. Стимулировать желание вырасти здоровыми, сильными.