Аннотация к лэпбуку «[Азбука](https://www.maam.ru/obrazovanie/kubiki) здоровья»

Современная жизнь ставит перед нами много проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья.

Здоровье ребенка зависит от ряда факторов: биологических, экологических, социальных, гигиенических.

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. До 7 лет ребенок  проходит огромный путь развития, неповторяемый на протяжении последующей жизни. Именно в этот период идёт интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, формируется характер, отношение к себе и окружающим. Очень важно именно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом. Существуют разнообразные формы и виды деятельности, направленные на сохранение и укрепление здоровья воспитанников.

В своей работе я использую не только подвижные игры, но и дидактические игры для развития интереса у детей сохранения и укрепления здоровья.

В наше время в процессе воспитания и обучения детей одной из главных задач является сохранение их здоровья. Представление о здоровом образе жизни в первую очередь дети получают из семьи и из дошкольного учреждения, которое они посещают. Тема здорового образа жизни была всегда актуальна, именно поэтому возникла идея создать информационно-дидактическое пособие лэпбук «Азбука здоровья».

«[Азбука](https://www.maam.ru/obrazovanie/kubiki) здоровья» - лэпбук предназначен для детей 3-7 лет, для индивидуальной и подгрупповой работы. Лэпбук представляет собой альбом на кольцах, на страницах которого находится информация о здоровом образе жизни и дидактические игры.

Созданный мною лэпбук удобен тем, что дети им могут пользоваться не только совместно с педагогом, но и самостоятельно.

Использование лэпбука служит прекрасным дополнением для занятий в образовательных областях «Социально-коммуникативное развитие», «Познавательное развитие», «Речевое развитие» и «Физическое развитие». Дидактические игры позволяют развивать словарный запас, память, речь, мелкая моторика и координация движений пальцев рук; воспитывать познавательный интерес и усидчивость. Самое главное в процессе дидактических игр у детей формируется мотивация к занятиям физической культурой и спортом.

Содержание лэпбука «[Азбука](https://www.maam.ru/obrazovanie/kubiki) здоровья»:

**-Дидактические игры:**

* «Витаминки из корзинки».
* «Виды спорта»
* «Спортивный инвентарь»
* «Здоровые зубы»
* «Режим дня»
* «Времена года».

(Приложение 1, 2)

-Информационный материал:

* Режим дня.
* Составляющие здорового образа жизни.
* Когда мыть руки.
* Как мыть руки.
* Как чистить зубы.

(Приложение 3)