

2017 год.

Детство - уникальный период жизни человека, в процессе которого формируется здоровье. Все, что приобретено ребенком в детстве, сохраняется на всю жизнь. Можно научить ребенка хорошо бегать, прыгать, кататься на лыжах, но если у него не будет мотивированной потребности в этом, все эти навыки будут бесполезны в жизни. Важно научить ребенка понимать, сколь ценно здоровье для человека и как важно стремиться к здоровому образу жизни. Здоровый образ жизни – это не просто сумма усвоенных знаний, а стиль жизни, адекватное поведение в различных ситуациях. «Здоровье – это не всё, но всё без здоровья – ничто» - повторяет человечество вслед за мудрецом Сократом уже более двух тысяч лет. Современное общество, колоссальные темпы его развития, информационные технологии настоятельно предъявляют с каждым днем все более высокие требования к человеку и его здоровью.

В настоящее время одной из приоритетных задач, стоящих перед педагогами, является сохранение здоровья детей в процессе воспитания и обучения. Формирование здорового образа жизни должно начинаться уже в детском саду.

Привычка к здоровому образу жизни – это главная, основная, жизненно важная привычка, она аккумулирует в себе результат использования имеющихся средств физического воспитания детей дошкольного возраста, в целях оздоровительных, образовательных и воспитательных задач. Поэтому дошкольное учреждение и семья призваны в дошкольном возрасте заложить основы здорового образа жизни, используя различные формы работы. И именно в семье, в детском образовательном учреждении на ранней стадии развития ребенку должны помочь, как можно раньше помочь непреходящую ценность здоровья, осознать цель его жизни, побудить ребенка самостоятельно и активно формировать, сохранять и приумножать свое здоровье.

Чтобы активно влиять на позицию ребенка по отношению к собственному здоровью, нам воспитателям, необходимо знать, прежде всего, что сам термин «Здоровье» определяется неоднозначно. Поэтому «здоровье» имеет множество определений. Но самым популярным, и, пожалуй, наиболее емким следует признать определение, данное Всемирной организацией здравоохранения: «Здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней или физических дефектов». Именно, поэтому любое общеобразовательное учреждение должно стать «школой здорового стиля жизни» детей, где любая их деятельность будет носить оздоровительно-педагогическую направленность, и способствовать воспитанию у них

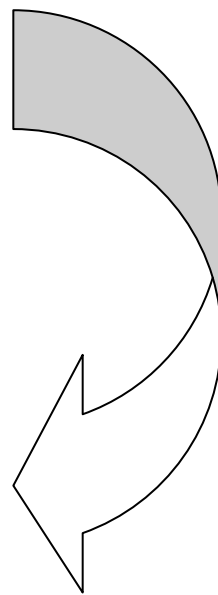
привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни, формированию навыков принятия самостоятельных решений в отношении поддержания и укрепления своего здоровья.

Актуальность опыта состоит в решении проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников. Одним из путей решения является комплексный подход к оздоровлению детей через использование здоровьесберегающих технологий, без которых немыслим педагогический процесс современного детского сада. Их внедрение строится на формирование осознанного отношения ребенка к своему здоровью, которое в свою очередь должно стать системообразующим фактором модернизации физкультурно-оздоровительной деятельности современного детского сада.

В связи с внедрением ФГОС ДО, воспитатели ищут новые формы, методы, идеи для своей педагогической деятельности. Поэтому возникла идея внедрить новое методическое пособие – ЛЭП бук. ЛЭП бук- это незаменимое пособие, которое способствует закреплению и повторению полученных знаний. Особое оформление ЛЭП бука в виде кармашек, окошек, вынимающихся и разворачивающихся листочков, вызывает интерес к этому пособию.

Мне очень понравилась такая форма работы, как интерактивная папка – ЛЭП бук. Здесь представлен большой объем информации, доступной для воспитателя, а также можно использовать для индивидуальной работы. В детском саду мы уделяем большое внимание формированию основ здорового образа жизни. У нас накопилось много информации, и мы решили собрать их в одну папку.

Цель данного пособия – сформировать у дошкольников знания о здоровом образе жизни. Предложенные в папке материалы познакомят с правилами здоровьесберегающего поведения, помогут расширить кругозор. Представляем вашему вниманию данный Лэпбук «Формирование представлений старших дошкольников о здоровом образе жизни»



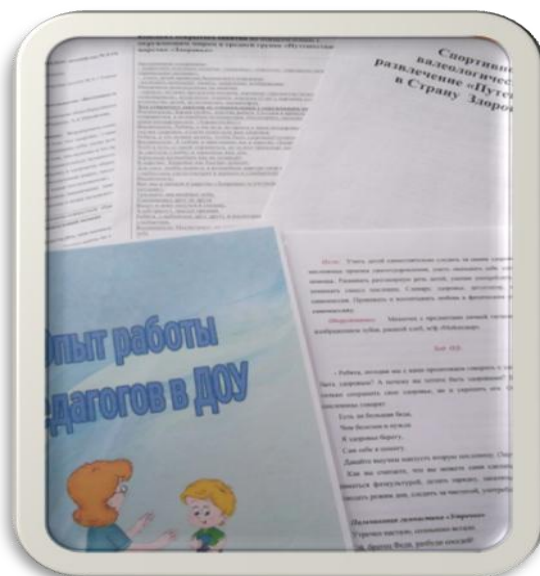
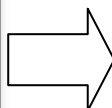
Все мы знаем, что здоровье – является неотъемлемой частью жизни человека, достоянием общества. Нужно помнить, что все, что мы заложим в человеке в детстве, даст «плоды» в будущем. Даже Сухомлинский говорил: « Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье- это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависят их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы».

Мы представили – модель здорового ребенка, условия формирования привычки к здоровому образу жизни и принципы ЗОЖ в виде цветка здоровья. Подбран список литературы по здоровому образу жизни в детском саду, который поможет воспитателям интегрировать систему физкультурно-оздоровительных мероприятий.



Открываем следующую страничку нашего Лэпбука:

- это кармашек с перспективным планированием на все возрастные группы по здоровому образу жизни на учебный год;
- в следующем кармашке располагается опыт работы педагогов, в котором представлены: занятия, презентации, спортивные досуги и развлечения;



4 лист:

Мы собрали все, что нужно для работы с родителями по физкультурно-оздоровительным мероприятиям:

- буклеты (о витаминах, как выбрать лыжи и санки и т.д.)
- консультации для родителей («Бережем здоровье с детства или 10 заповедей здоровья», «Здоровые зубы - залог здоровья»)



5 лист:

На этом листе у нас представлены:

- кармашек «Азбука здоровья», содержит информацию о витаминах, необходимых для здоровья ребенка;
- подобрана картотека подвижных игр для детей всех возрастных групп;
- а также картотека дидактических игр, которые взрослые могут использовать для работы совместной деятельности с ребенком вне занятий.



6 лист

И последний шаг нашего Лэпбука – это:

- кармашек «Проверь свои знания», где подобраны кроссворды и ребусы;
- в это кармашке, мы расположили книжку «Основные законы здоровья», где мы выделили пять законов:

Первый закон – движение – это жизнь;

Второй закон – полноценное питание;

Третий закон – закаливание;

Четвертый закон – не допускать нервных перегрузок;

Пятый закон – не иметь вредных привычек.

- и последний кармашек «Для заметок» где взрослые могут сделать какие-то пометки для себя, либо предложить свои рекомендации.

Данное пособие может быть использовано как педагогами, так и родителями для приобретения знаний по здоровому образу жизни у дошкольников и применении навыков и знаний на личном примере.



