Электронно- образовательный маршрут

для совместной деятельности родителей с детьми в сети Интернет

«Здоровье»

Автор: Макеева Н.К.
для родителей детей 1 младшей группы

Уважаемые родители!

Вы хорошо знаете, что здоровье – это главная ценность в жизни, особенно если это касается наших детей?! Не создав фундамент здоровья в дошкольном детстве, трудно сформировать его в будущем. Этот образовательный маршрут поможет приобщить детей к здоровому образу жизни. Предлагаем Вам приступить к прохождению маршрута!

Срок прохождения маршрута - 5 дней (5 шагов)

При работе на компьютере нужно учитывать продолжительность занятий для ребенка 2-3 лет не более 5 минут.

Не забывайте хвалить ребенка.

Шаг 1. «Чистота – залог здоровья».

Посмотрите ***мультфильм «Микробы»*** по ссылке:

https://www.youtube.com/watch?v=_0WOaENpc60

Пусть ребенок ответит вам на вопросы:

• Как связаны здоровье и чистота?

• Когда нужно мыть руки?

• Почему надо стричь ногти и вычищать грязь?

• Как ты дома помогаешь маме делать уборку?

• Есть ли у тебя свои обязанности по дому?

Выслушайте ответ и похвалите его.

Шаг 2. «Кто с закалкой дружит, никогда не тужит».

Предложите ребенку вспомнить как проходит его утро. Если ребенок затрудняется, помогите ему. Пройдите в ванную

Рассмотрите зубную пасту и щётку, намыльте руки, проведите опыт с водой: сначала тёплая и постепенно меняете температуру воды на прохладную. Спросите, комфортно ли ему. Объясните, что так происходит закаливание, которое помогает сохранить здоровье.

Посотрите мультфильм о том как правильно начинать закаливание по ссылке: http://www.youtube.com/watch?v=CZF4Iq3ObhY

Предложите ребенку после просмотра ответить на вопросы:

1.Как закаливался Лунтик? Правильно ли он делал?

2.Кто научил его правильному закаливанию, с помощью чего?

Предложите ребенку начать закаливаться и выберете вместе способ оздоровления.

Шаг 3. Школа питания.

Расскажите детям о том, что существует много разных блюд, нужно стараться их есть, но есть такие, которые нельзя есть детям.

Закрепить названия полезных продуктов вы можете здесь:

1. Игра «Съедобное - несъедобное» http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/sedobnoe-nesedobnoe-igra-1
2. Игра «Продуктовый магазин» http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/igra-produktovyj-magazin
3. Загадки про овощи http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/zagadki-rebusy-sharady/detskie-zagadki-ovoshi

Здесь вы можете познакомить детей с продуктами, в которых содержать полезные витамины:

1. Игра «Ягодное варенье» http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/igra-jagodnoe-varene

Шаг 4. «Наши верные друзья».

Как хорошо, когда мы бодры, веселы и здоровы! Расскажите ребенку, что помогает человеку быть здоровым? Вместе назовите составляющие крепкого здоровья.

Ответьте на вопросы:

1.Каких друзей нашего здоровья вы знаете?

2.Делаете ли вы утром зарядку?

3.Почему неряхи и грязнули часто болеют?

4.Есть ли у вас режим дня? Соблюдаете ли вы его?

5.Что дарит нам движение?

Шаг 5. Родителям на заметку

Почитайте детям:

К. Чуковский «Доктор Айболит»,

https://yandex.ru/video/preview/?filmId=6305028456947362444&text=К.+Чуковский+«Доктор+Айболит»%2С+

К. Чуковский «Мойдодыр»

https://yandex.ru/video/preview/?filmId=13774785195178824535&text=К.+Чуковский+«Мойдодыр

А. Барто «Девочка чумазая»

https://yandex.ru/video/preview/?filmId=12207777645523858667&text=А.+Барто+«Девочка+чумазая»

Стихи С. Михалкова: «Про девочку, которая плохо кушала»,

https://yandex.ru/video/preview/?filmId=15784631457147213423&text=Стихи+С.+Михалкова%3А+«Про+девочку%2С+которая+плохо+кушала»

Предложите детям сделать аппликацию на тему «Фруктовые витамины»

Помните,

«Здоровье не купишь, его не продашь, его берегите как око, как глаз!»

Благодарим за сотрудничество!