

# Образовательный маршрут для совместной деятельности родителей с детьми в сети Интернет «Расту здоровым»

**Автор:** воспитатель Халимова Фарида Зявадовна

**Образовательная область:** физическое развитие.

**Уважаемые родители!**

Этот образовательный маршрут посвящён приобщению детей к здоровому образу жизни. Современные родители мотивированы к непрерывному образованию своих детей, а педагоги переходят на раннее обучение дошкольников. В результате не учитываются закономерности психического и физического развития детей. Раннее обучение постепенно приводит к нарушению здоровья детей, их эмоционального благополучия. Образовательный маршрут «Расту здоровым» поможет более успешному решению задач дошкольного образования в области физического развития, поможет приобщить детей к здоровому образу жизни.

## Шаг 1. Я узнаю себя.

Начните изучение данной темы с обсуждения вопросов: «Кто ты мальчик или девочка?», «Назови имена девочек (мальчиков) своей группы?», «Какие волосы у Самиры (Рамины, Егора, Шамяля...)?» и т.п.

Спровоцируйте интерес к теме и предложите узнать новые сведения о девочках и мальчиках в сети интернет. Умение различать девочек и мальчиков, а также отличать их от животных Вы можете закрепить здесь:

1. Игра «Кто как двигается» <http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/igra-dlja-doshkoljat-kto-kak-dvigaetsja>
2. Игра «Свидание» <http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/igry-na-vnimanie-i-pamjat/najdi-sem-otlichij-v-igre-svidanie>

После изучения материала спросите у ребёнка, с кем он дружит в детском саду, во дворе.

Здесь вы можете познакомить ребёнка со своим телом, правилами гигиены:

1. Игра «Пальчики» <http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/didakticheskaya-igra-palchiki>
2. Игра «Тело человека» <http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/igra-dlja-doshkolnikov-telo-cheloveka>

Здесь можно познакомить с назначением предметов, необходимых человеку дома:

1. Игра «Веселые вопросы про дом» <http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/igra-dlja-razvitiya-pro-dom>

Расскажите ребенку, что не все предметы дома безопасны, нужно осторожно обращаться с некоторыми из них.

## **Шаг 2. «Я люблю солнце, воздух и воду»**

Поиграйте вместе с детьми:

«Зимние развлечения»

1. <http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/zagadki-rebusy-sharady/zagadki-dlja-detej-pro-igry-zimoj>

## **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 содержатся полезные витамины:

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

## **Шаг 4. Отдохни и закрепи.**

Для того чтобы ребёнок закрепил знания о здоровом образе жизни предлагаю вам и вашему ребёнку раскраски, игры, загадки:

Раскраска «Принц и принцесса»

1. <http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/risovalki/onlajn-raskraska-dlja-devochek-krasivaja-para>

Игра для девочек «Принцесса»

2. <http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/igry-dlja-devochek/igra-princessa>

Пазл для мальчиков «Машинка»

3. <http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/pazly/pazl-mashinka>

Благодаря Интернет-ресурсам вы и ваши дети узнали много нового о здоровом образе жизни.

Желаю вам удачи! Познавайте мир вместе с ребёнком!

