**Образовательный маршрут**

**для совместной деятельности родителей с детьми в сети Интернет**

**«Будь здоров, малыш!»**

**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 «Будь здоров, малыш!» 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 Маши (Насти, Миши, Матвея…)?» 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](https://www.google.com/url?q=http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/igra-dlja-doshkoljat-kto-kak-dvigaetsja&sa=D&ust=1481358669686000&usg=AFQjCNEEhYr54WwajrZlkECz-9xaeBe3jw)
2. Игра «Свидание» [http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/igry-na-vnimanie-i-pamjat/najdi-sem-otlichij-v-igre-svidanie](https://www.google.com/url?q=http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/igry-na-vnimanie-i-pamjat/najdi-sem-otlichij-v-igre-svidanie&sa=D&ust=1481358669687000&usg=AFQjCNGbzHUVMhEHWHcwUGfcbupDV2OKUQ)

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

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

1. Игра «Пальчики» [http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/didakticheskaya-igra-palchiki](https://www.google.com/url?q=http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/didakticheskaya-igra-palchiki&sa=D&ust=1481358669690000&usg=AFQjCNFolg1xL-glOkYRsHPienzrO-wHHw)
2. Игра «Тело человека» [http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/igra-dlja-doshkolnikov-telo-cheloveka](https://www.google.com/url?q=http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/igra-dlja-doshkolnikov-telo-cheloveka&sa=D&ust=1481358669691000&usg=AFQjCNE7dIm4a3K4u5lPpvP4A1OvdUfKjw)

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-razvitija-pro-dom](https://www.google.com/url?q=http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/igra-dlja-razvitija-pro-dom&sa=D&ust=1481358669693000&usg=AFQjCNFXmftpTC1_gt4s_ahbc7LpWCGZyQ)

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

**Шаг 2.  «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья…»** - гласит народная пословица.

 Эффективным средством укрепления здоровья, снижения заболеваемости и повышения уровня работоспособности является **закаливание организма.** Здесь будет уместным познакомить ребенка с основными методами и способами закаливания. <https://www.youtube.com/watch?v=K1r3UiWNVQM>

Далее предложите поиграть в игру:

«Зимние развлечения»

1. [http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/zagadki-rebusy-sharady/zagadki-dlja-detej-pro-igry-zimoj](https://www.google.com/url?q=http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/zagadki-rebusy-sharady/zagadki-dlja-detej-pro-igry-zimoj&sa=D&ust=1481358669696000&usg=AFQjCNGQmeD8scpr1hp8HZfXfO1_vsE9VQ)

**Шаг 3. Школа питания.**

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

Закрепить названия полезных продуктов вы можете здесь:

1. Игра «Съедобное - несъедобное» [http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/sedobnoe-nesedobnoe-igra-](https://www.google.com/url?q=http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/sedobnoe-nesedobnoe-igra-&sa=D&ust=1481358669699000&usg=AFQjCNEyAjNLIaJY-o78SSbX3GKywj_kIg)1
2. Игра «Продуктовый магазин» [http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/igra-produktovyj-magazin](https://www.google.com/url?q=http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/igra-produktovyj-magazin&sa=D&ust=1481358669700000&usg=AFQjCNFYsmFP_qD4bTZZhq7mpKgfiPeD-A)
3. Загадки про овощи [http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/zagadki-rebusy-sharady/detskie-zagadki-ovoshi](https://www.google.com/url?q=http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/zagadki-rebusy-sharady/detskie-zagadki-ovoshi&sa=D&ust=1481358669701000&usg=AFQjCNGT_XDh0Jsn-1T9JhOaZJjq0qVu6Q)

        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](https://www.google.com/url?q=http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/poznavatelnye-igry/igra-jagodnoe-varene&sa=D&ust=1481358669703000&usg=AFQjCNHRCIc4HYBFMTojnOibQ6N5r_mc2g)

**Шаг 4. Закрепи и отдохни.**

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

Познавательные мультфильмы «Как беречь здоровье!»

1. <https://www.youtube.com/watch?v=XIMtJo6lmIM&feature=emb_logo>
2. <https://www.youtube.com/watch?time_continue=1&v=DzcsVCHBq4E&feature=emb_logo>

Раскраска «Принц и принцесса»

1. [http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/risovalki/onlajn-raskraska-dlja-devochek-krasivaja-para](https://www.google.com/url?q=http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/risovalki/onlajn-raskraska-dlja-devochek-krasivaja-para&sa=D&ust=1481358669705000&usg=AFQjCNGUrzf7vtXm9Vs0g_Eqok5uUIebzg)

Игра для девочек «Принцесса»

1. [http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/igry-dlja-devochek/igra-princessa](https://www.google.com/url?q=http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/igry-dlja-devochek/igra-princessa&sa=D&ust=1481358669706000&usg=AFQjCNERvrO2sfxhIyucMVCjb51XRSlLog)

Пазл для мальчиков Машинка»

1. [http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/pazly/pazl-mashinka](https://www.google.com/url?q=http://www.igraemsa.ru/igry-dlja-detej/pazly/pazl-mashinka&sa=D&ust=1481358669708000&usg=AFQjCNEfwvM-hCDfKy2WbmK3rjVySdi_YA)

Благодаря  Интернет-ресурсам вы и ваши дети узнали много нового

о здоровом образе жизни.

Желаю вам  удачи! Познавайте мир вместе с ребёнком!