Свердловская область г.Екатеринбург Детский сад №88 (МБДОУ детский сад №88), Воспитатель 1 квалификационной категории Мингалева Ксенья Владимировна

**Матрица культурно-просветительского маршрута**

**Аннотация.**

«Единственная красота, которую я знаю – это здоровье»

Г.Гейне

Состояние здоровья детей и подростков зависит от многих факторов:

-состояние окружающей среды;

-генетика;

-избыточное и несбалансированное питание;

-широкое распространение вредных привычек;

-эмоционально-психические нагрузки с резко пониженной физической активностью.

Здоровый образ жизни является основой профилактики и укрепления здоровья детей и подростков.

Актуальность существующих проблем по охране жизни и здоровья детей вызвало необходимость включить в работу с детьми активные формы и методы формирования навыков здорового образа жизни.

Данная интерактивная игра была разработана с учетом возрастных особенностей детей старшего дошкольного возраста.

Тема: **«Здоровье — главная ценность человеческой жизни».**

Интеграция образовательных областей: «Здоровье»,  «Физическая культура», «Познание», «Социализация», «Безопасность», «Коммуникация».

Цель актуальная: формировать у детей сознательную установку на охрану и укрепление собственного здоровья.

Образовательные задачи:

**Обучающей:** Продолжать учить осознанно подходить к своему питанию, уточнить знания о витаминной ценности продуктов.

Формировать у детей представления о зависимости здоровья от выполнения элементарных правил сохранения собственного здоровья;

Формировать представления детей о зависимости здоровья, от двигательной активности и закаливания.

Учить самостоятельно следить за своим здоровьем, знать простейшие приемы самооздоровления (точечный массаж, фиточай, закаливание).

Закрепить знания о значении витаминов для здоровья человека.

**Развивающей:** Развивать познавательный интерес и речь.

Развивать познавательный интерес, мыслительную активность, воображение.

Развивать самостоятельность и умение использовать полученные знания на практике;

**Воспитательные:** Воспитывать у детей желание заботиться о своём здоровье.

Воспитывать желание вести здоровый образ жизни.

Воспитывать у детей ценностное отношение к здоровому образу жизни.

Оборудование: Мультимедиапроектор, компьютер.

**Материалы и средства:** фонограмма песни, карточки с летними и зимними видами спорта, пазлы.

**Зрительный ряд:** Картина "Богатыри" В.М.Васнецов 1898г, серия плакатов СССР пропагандирующая ЗОЖ.

**Литературный ряд:** пословицы, поговорки о ЗОЖ, загадки о чистоте и гигиене.

**Музыкальный ряд:** В.Шаинского "Вместе весело шагать "

**Игровая ситуация или игровой прием:** волшебный цветок здоровья. дети выполняя задания возвращают цветочку его лепестки.

**Словарная работа:** витамины, здоровье, закаливание, самомассаж,

**Предварительная работа с воспитанниками:** чтение стихов о здоровье, о занятии спортом; загадывание загадок на данную тему; беседы о гигиене, о здоровом образе жизни, о продуктах питания, о правильном питании; выполнение физкультурных разминок, точечного массажа; чтение сказок К. И. Чуковского «Мойдодыр», «Федорино горе».

**Взаимодействие с родителями:** консультация для родителей о пользе закаливания, проведение физкультурного праздника в рамках «Дня здоровья».

**Организация образовательного пространства культурно-просветительского маршрута:** музыкальный зал.

**Предполагаемый результат:**

1. Расширение знаний детей о влиянии на здоровье: двигательной активности, закаливания, питания, свежего воздуха, режима дня, настроения.

2. Проявление интереса к способам сохранения и укрепления здоровья.

3. Возникновение положительных эмоций от использования игровых методов и приёмов.

**Методическое обоснование занятия:**

**Практические:** Коммуникативная игра "Здравствуй!", игра с мячом «Где живут витамины», игра «Виды спорта», игра "Узнай пословицу", «Пазл - картинка» .

**Наглядные:**картинки с изображением предметов личной гигиены, «Пазл - Картинка». Схемы - изображения пословиц.

**Словесные:** загадывание загадок, вопросы.

**Технологическая культурно-просветительского маршрута**

(расположить по горизонтали листа)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Этапы и время этапов** | **Деятельность**  **педагога** | **Деятельность воспитанников** |
| Вводная часть  5мин  **1этап** закаляйка 5мин  **2этап** свежий воздух 5мин  **3 этап** спорт 5мин  **4 этап** витаминка 7мин  **5 этап** пословицы загадки 5мин  6 этап режим дня 3мин  **заключительны**  **этап**  Рефлексия  5мин | **входят** в музыкальный зал под фонограмму песни В.Шаинского "Вместе весело шагать "  воспитатель **рассказывает** о смысле слова "Здравствуйте" **подводит** к теме о пользе здоровья  **Знакомит** с цветком и обозначает проблему грустного настроения цветка  **Показывает** слайд , где люди закаляются. **Задаёт вопросы.**  **Показывает** разрезанную картинку, **предлагает** собрать, **задаёт вопросы** по изображению.  **Спрашивает** о видах спорта, **предлагает** поиграть в игру "Подбери правильно".  **Задаёт наводящие вопросы** о том что ещё нужно для здоровья. **Предлагает** поиграть в мяч (физминутка)  **Предлагает** схематичное изображение пословиц, **читает** загадки.  **Напоминает** о том что для поддержания здоровья необходимо соблюдать режим дня  **Показывает** радостный цветок, **вспоминают** с детьми какой лепесток что обозначал. **Подводит** итог, **дарит** детям полезный и вкусный подарок. | **Входят** в музыкальный зал **слушают** песню  **Слушают** педагога  **Соглашаются** помочь  **Анализируют** картинку, **Отвечают на вопросы.**  **Соглашаются и собирают**  **Анализируют** что изображено, **отвечают** на вопросы, **делают выводы** с помощью педагога.  **Отвечают** на вопросы, **играют** в предложенную игру  **Рассуждают, находят** правильный подходящий ответ. **Играют** в мяч, **отвечают** где живут витамины.  **Отгадывают** пословицы (с помощью педагога), загадки  **Слушают**  **Вспоминают** совместно с педагогом какой лепесток что обозначал. **Получают** подарок. |

**Сценарий культурно-просветительского маршрута:**

Дети входят в музыкальный зал под фонограмму песни В.Шаинского "Вместе весело шагать " и здороваются с гостями.

Воспитатель: все мы за руки возьмёмся и друг другу улыбнёмся.

Воспитатель: ребята, слово "здравствуйте", не только ласковое слово-приветствие, но и слово пожелание, пожелание здоровья, я желаю вам здоровья! А как ещё люди здороваются, когда встречаются?

Дети: привет, добрый день, халло, доброе утро, жестами, ..

Поздороваемся и мы

Коммуникативная игра "Здравствуй!"

Дети , стоя в круге , передают мяч друг другу, проговаривают фразу: "Здравствуй, Серёжа!", "Привет, София" и т. д.

Воспитатель: ребята, а задумывались ли вы, почему в приветствии людей заложено пожелание друг другу здоровья? Что значит быть здоровым?

Дети: быть здоровым - правильно питаться, заниматься физкультурой, быть сильным, красивым....

Воспитатель: правильно, здоровье для человека - самая главная ценность

А сейчас я предлагаю вам присесть , я расскажу вам одну интересную историю. В одной стране вырос цветок, только он был необычный.

Слайд №1

(слайд с цветком без лепестков, серединка цветка в виде смайлика без улыбки)

Воспитатель: что в нём необычного?

Дети: он - грустный, без лепестков, с плохим настроением. А почему он грустный? Дети: ветер унёс его лепестки.

Воспитатель: наверное, он был слабый и ему не хватало ...здоровья. Поможем цветку вернуть лепестки?

Дети: поможем.

Воспитатель: в первую очередь, что необходимо для здоровья? ( Ответы детей)

Слайд№2

( слайд , где люди закаляются)

Воспитатель: Что делают люди на картинках?

Дети: Папа с сыном обтираются полотенцами, девочка с мальчиком делают утреннюю зарядку, дети принимают солнечные ванны и мама им делает массаж.

Воспитатель: а всё вместе это называется - закаливание. А как вы закаляетесь? Как ты, Дима, закаляешься?

Дима: я гуляю в любую погоду, одеваюсь по погоде, сплю с открытой форточкой, летом бегаю босиком по горячему песку, по траве, по камушкам, принимаю прохладный душ,

Воспитатель: молодец, ты всё делаешь правильно.

Посмотрите, у нашего цветка появился первый лепесток.

Слайд №3

( На доске слайд с цветком, на котором один лепесток. Серединка цветка грустная)

Воспитатель: Ребята а ещё сегодня утром почтальон передал мне вот такое письмо, давайте его прочитаем. (воспитатель открывает конверт, а там картинка разрезанная на части, предлагает детям собрать её и посмотреть что там изображено). дети собрали и на экране появилась собранная картинка.

Слайд№4

(Воспитатель открывает слайд, на котором дети гуляют на свежем воздухе)

Воспитатель: что делают люди на фотографиях? (ответы детей)

Воспитатель: где это всё происходит?

Дети: гуляют на свежем воздухе.

Воспитатель: какой важен воздух для здоровья?

Дети: чистый свежий, лесной..

Воспитатель: где воздух чище и полезнее?

Дети: в лесу, далеко от дороги, в полях, в деревне, гулять там, где нет вредных предприятий.

Посмотрите, у нашего цветка появился второй лепесток.

Слайд №5

( На доске слайд с цветком, на котором два лепестка. Серединка цветка грустная)

Воспитатель: о пользе прогулки мы с вами поговорили, а как вы думаете чем ещё нужно заниматься чтоб быть здоровыми?. Кто начнёт?

Дети: заниматься спортом.

Воспитатель: какие виды спорта вы знаете?

Ответы детей :летние виды спорта, зимние виды спорта

Я предлагаю вам поиграть . Игра называется "Подбери правильно "

У меня перемешались все картинки. Поможете разобрать картинки с видами спорта? Справа у меня снежинка, здесь становятся те дети, у которых только зимние виды спорта, а слева здесь солнышко, там только летние виды спорта. Я включу музыку, чтобы было веселее.

Воспитатель: молодцы ребята, справились.

Посмотрите на наш цветок, у него появился третий лепесток

Слайд №6 (цветок с тремя лепестками)

Воспитатель: настроение у него улучшилось? Значит мы всё делаем правильно.

Что ещё необходимо для крепкого здоровья? ( Ответы детей)

Дети: есть овощи и фрукты, правильно питаться...

А правильно питаться - это значит ест продукты, где есть витамины.

Слайд №7( овощи, фрукты, продукты)

Физминутка. Игра с мячом.

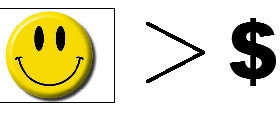
Воспитатель бросает мяч по кругу и задаёт вопрос :в каких продуктах содержаться витамины?

Слайд №8(цветок с четырмя лепестками)

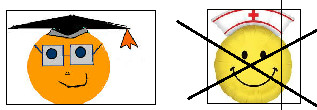
о Воспитатель: наш цветок повеселел.

Слайд № 9 (на слайде три богатыря)

Русские люди всегда стремились быть здоровыми, и поэтому так много пословиц здоровье. Я предлагаю вам отгадать.



"Здоровье дороже денег."



"Живи разумом, так и лекаря не надо"



" Здоровье дороже богатства"

C:\Users\HASBOLLA\Desktop\5.jpg

"Смех и сон - лучшее лекарство"

C:\Users\HASBOLLA\Desktop\6.jpg

Чистота - залог здоровья!

Воспитатель: Молодцы ребята мы вспомнили много пословиц про здоровье и посмотрите нашему цветочку стало ещё лучше

Слайд №9(цветок с пятью лепестками)

А ещё русские люди любили сочинять загадки

Слайд №10 (загадки)

(При правильном ответе появляется на слайде отгадка.)

1.Ускользает, как живое,

Но не выпущу его я

Белой пеной пенится,

Руки мыть не ленится. (мыло)

 2.Резинка – Акулинка

Пошла гулять по спинке.

И пока она гуляла,

Спинка розовою стала( слайд с мочалкой)

3.Вафельное и полосатое,

Гладкое и лохматое,

Всегда под рукою –

Что это такое?(слайд с полотенцем)

4.Костяная спинка,

Жесткая щетинка,

С зубной пастой дружит,

Нам усердно служит( слайд с зубной щёткой)

5.Зубов много,

А ничего не ест.(слайд расчёски)

 А вы соблюдаете правила гигиены? Вот, например, ты, София?

Что ты делаешь?

София: я чищу зубы 2 раза в день, утром и вечером; вечером принимаю душ,..

Слайд№11 ( цветок с 6-ю лепестками)

Воспитатель: посмотрите, наш цветок улыбается. Мы говорили про закаливание, о прогулках на свежем воздухе и занятиях спортом, о правильном питании и продуктах богатыми витаминами, о чистоте, но всё вместе это будет прибавлять здоровья, если мы будем соблюдать режим дня!

Слайд (режим дня)

Слайд№12 (цветок с 7-ю лепестками)

Воспитатель: посмотрите, какой чудесный цветок – здоровья у нас получился.

( последний слайд, серединка цветка улыбается)

Воспитатель: что в нём изменилось?

Дети: он улыбается, у него хорошее настроение, он красивый, с лепестками

Воспитатель: вспомним, первый лепесток обозначал.. закаливание, второй..прогулки на свежем воздухе третий занятия спортом, четвертый... правильное питание , пятый пословицы о здоровье, шестой. чистоту и гигиену, и седьмой режим дня.

Если вы будете всё это соблюдать, то обязательно будете здоровы! И научите своих близких беречь здоровье.

А я вам приготовила витаминный подарок (яблоки).

**Приложение:**

Открыта СССР пропаганды здорового быта среди населения"



"Богатыри" В.М.Васнецов 1898г







