

Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад №18 «Радуга»

Интерактивное пособие «Путеводитель «Здравоеград»

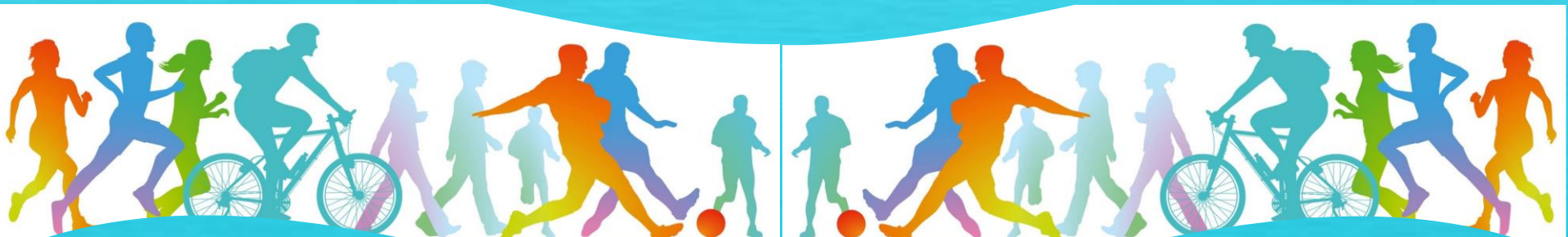
воспитатель
Пешкова Е.В.



Путеводитель



Здравоград



Перед тобой Стена Олимпийских чемпионов – наших земляков. Узнай, в каком виде спорта они отличились и установи соответствие.



Участники Олимпийских игр соревнуются в разных видах спорта. Реши сканворд «Летние олимпийские виды спорта».



Что такое Олимпиада?
Это честный спортивный бой!
В ней участвовать – это награда,
победить же может любой!

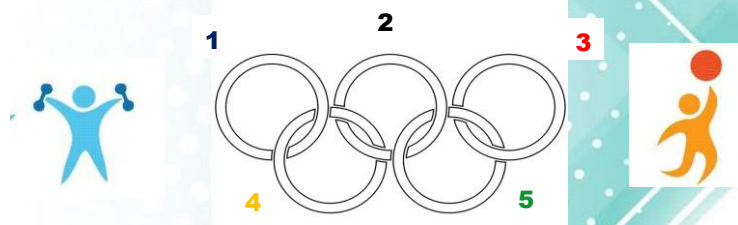


Шифр

1 – Р 7 – Б
2 – Ы 8 – Е
3 – Ъ 9 – Л
4 – В 10 – С
5 – И 11 – Н
6 – Т 12 – Ш

Символ Олимпийских игр – пять переплетённых цветных колец. Они олицетворяют единство пяти континентов и дружбу спортсменов всего мира.

В этом филворде зашифрованы названия материков в каждой горизонтальной строке. Обрати внимание на цвет цифры в каждом ряду – это цвет кольца континента. Отгадай филворд и закрась олимпийские кольца.



1	М	Е	В	Р	О	П	А	Д	У	Ш
2	И	Л	А	Ф	Р	И	К	А	Р	Е
3	А	М	Е	Р	И	К	А	С	Ю	Г
4	В	Ы	Ч	О	Н	А	З	И	Я	Т
5	П	А	В	С	Т	Р	А	Л	И	Я

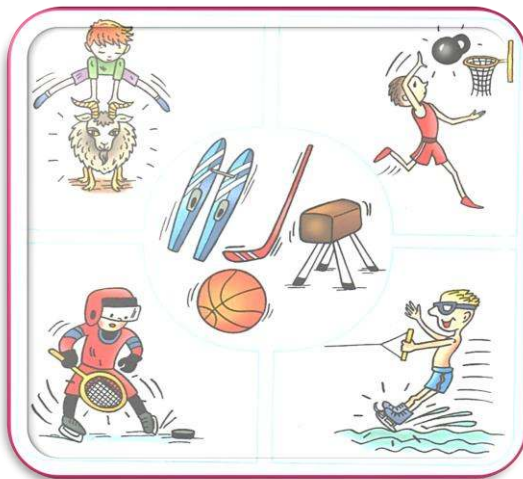
Разгадай пиктограмму и узнаешь девиз Олимпийских игр.

7	2	10	6	1	8	8

4	2	12	8

10	5	9	3	11	8	8

Что перепутал художник? Исправь ошибки, подбери нужный инвентарь спортсмену.



С помощью зеркала узнай, какие слова здесь спрятались?

ВОДОСЛ

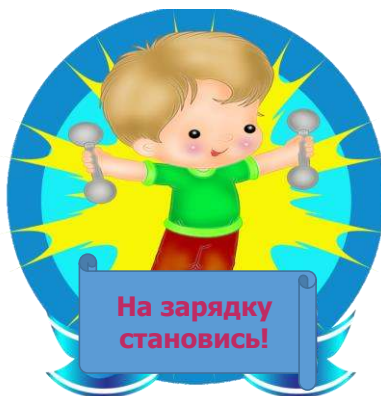
ЭНЕРГ

ЗДОРОВЕ

НАСТРОЕНИЕ

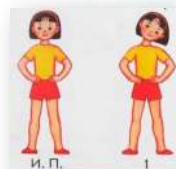
Площадь зарядки

Допиши буквы, и ты узнаешь, что нужно говорить в конце утренней зарядки.



З Д О Р О В Ё
В П О Р Я Д К Е -
С П А С И Б О
З А Р Я Д К Е !

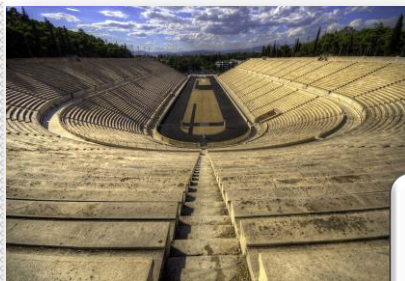
Перед вами пиктограммы упражнений для зарядки. Рассмотрите их внимательно и расставьте цифры по порядку выполнения упражнений. Не забывайте, зарядку всегда начинают делать сверху – вниз!





А вы знаете?

Слово «стадион» произошло от древнегреческого слова «стадий». Возникло это название уже очень давно, с тех самых времен, когда в Древней Греции начали устраивать Олимпийские игры.



Существуют разные виды стадионов.



Футбольный



Теннисный



Хоккейный



Волейбольный



Помоги мячику Болу выполнить все задания и дойти до финиша.

Реши пример и узнаешь, сколько игроков в футбольной команде.

$$6 + 5 = \square$$



Какой вид спорта изображен? Запиши ответ.



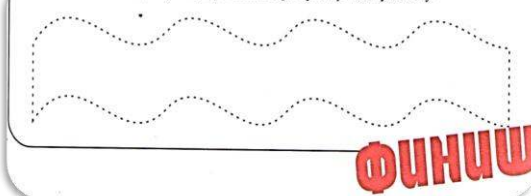
Найди выход из лабиринта.



Соедини мячи от самого большого к самому маленькому по порядку и узнаешь, как называется Олимпийский стадион в Сочи.



Обведи пунктирную линию и раскрась финишную ленту.



Перед Вами умывальник
Знаменитый Мойдодыр,
Умывальников начальник
И мочалок командир.



Назови главных помощников Мойдодыра

Л М Б Р Ч А К О А
Щ К Т Е П О Н О
Л Ц Е А С Ч Р
А Е А

Отгадай пословицу, заменив цифры на буквы.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Я	З	В	Р	Д	О	Ь	И	Ч	С	Т	А

9 8 10 11 6 11 12 – ЗАЛОГ 2 5 6 4 6 3 7 1

Самомассаж



Откройся!



, умойся! Мойтись сразу, оба



Мойтись,

мойся,



!, мойся хорошенько!

Мойся, мойся, обливайся!

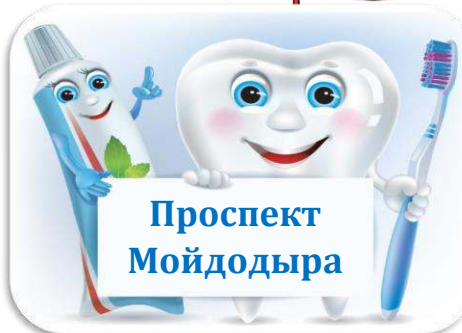


, смывайся!



смывайся!

Прспект
Мойдодыра



Это интересно!

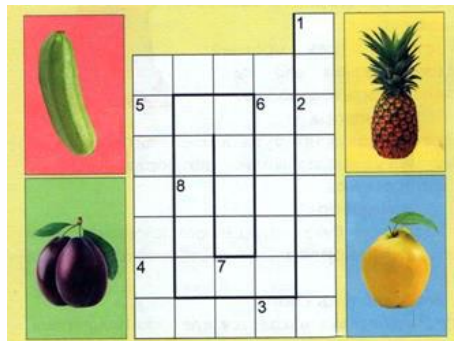
- Для чего нужно умываться?
- Почему микробы опасны для здоровья?
- Что было бы, если бы на земле не было мыла?

Принцесса Гигиена предлагает тебе вспомнить алгоритм умывания. Рассмотрите внимательно картинки и расставьте цифры по порядку.



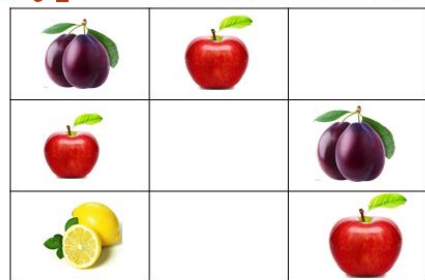


Никогда не унываю
И улыбка на лице,
Потому что принимаю
Витамины А, В, С.



Принц Лимон приготовил для вас «Фруктовое судоку». Нарисуйте в ряду или в столбце недостающие фигуры. Не забывайте главное правило судоку: «В каждой строке или столбце фрукты не повторяются дважды».

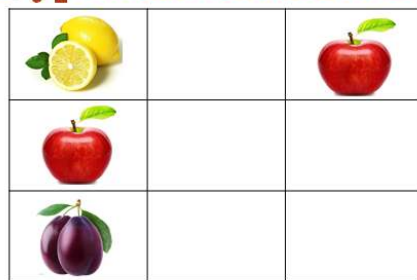
1 уровень сложности



Отгадай чайнворд «Секрет здоровья»

1. Этот овощ может вызывать слезы, когда его чистишь.
2. Чем этот овощ моложе, тем он вкуснее. Старый плод обладает менее насыщенным вкусом.
3. Этот орех растет на пальме. Внутри у него очень сочная мякоть и вкусное молочко.
4. Этот фрукт может понижать повышенную температуру тела при жаре так же, как и малина.
5. Сок этого фрукта может избавить человека от укачивания.
6. Без какого овоща не получится приготовить борщ и винегрет?
7. Самые популярные продукты из этого фрукта – это варенье, цукаты, желе, мармелад.
8. Желтый сочный плод с крупной косточкой внутри. Из него также делают курагу.

2 уровень сложности



Посмотри, для чего нам нужны витамины А, В, С, Д и нарисуй в пустых окошках продукты, в которых они содержатся.



Зрение,
рост,
крепкие
зубы

Сила,
аппетит,
хорошее
настроение

Бодрость,
иммунитет

Крепкие
кости,
красивая
кожа

Заполни интеллект-карту «Радуга витаминов»

Каждая линия карты имеет свой цвет. Вспомни фрукты и овощи определенного цвета и нарисуй их на карте.





Многие болезни можно лечить без таблеток и уколов. В старину говорили: «На каждую хворь найдется своя трава». Уральский лес богат целебными растениями, из которых можно приготовить лекарственные сборы, бальзамы, мази, сиропы. Собери в туесок только лесные ягоды с помощью стрелок.



В аптеке пользуются спросом сборы из лекарственных трав для лечения и профилактики разных болезней. Помоги травнице Лукерье сделать правильный выбор. Обведи красным цветом ядовитые лесные растения, а зеленым – лекарственные.



В уральском лесу растет уникальное дерево – сибирский кедр. Его называют национальной гордостью России. Кедр считается символом силы, здоровья, долголетия. Особенно ценятся лечебные свойства кедровых орехов.



В аптеке широко представлен ассортимент фиточая из целебных трав. Посмотри на картинку и узнай секрет волшебного чая «Здравница». Обведи по точкам названия лекарственных растений, и ты узнаешь рецепт чая.



Рецепт приготовления кедрового масла в домашних условиях

- ♥ вымыть и просушить орехи на солнце
- ♥ проверить зрелость ядер, положив на бумажную салфетку и подавив (на бумаге должен остаться масляный след)
- ♥ зрелые плоды очистить при помощи деревянного молотка
- ♥ измельчить ядра и потолочь в ступе
- ♥ толченые орехи залить растительным маслом и положить в темное место на срок не менее трех недель
- ♥ полученную жидкость отфильтровать



КАЛЕНДУЛА



ЛИПА



ШИПОВНИК



РОМАШКА

Помоги Сердечку найти путь к полезным продуктам.



Зрительные иллюзии

Перед тобой увлекательные загадки для глаз и мозга, которые можно разгадывать вместе с друзьями и родителями.



ИЛЛЮЗИИ-ПЕРЕВЕРТЫШИ

Посмотри внимательно на картинку.

Попробуй ее мысленно перевернуть. Что изменилось?

Жилой комплекс «Здоровячки»



Подумай, какой орган обеспечивает человеку дыхание и служит своеобразной подушкой, смягчающей удары.
Зачеркни буквы У В Ж Я и прочитай слово слева-направо.

У Л В Ё Я Г Ж К У И Е



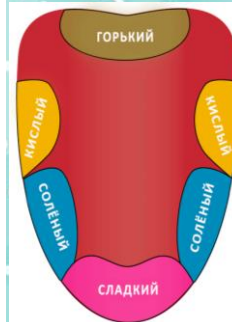
ДВОЙСТВЕННЫЕ ИЗОБРАЖЕНИЯ

Кто здесь спрятался?

Исследование «Узнай на вкус»

Изучи модель вкусовых зон языка и узнай, как они реагируют на разные продукты. Зарисуй результат исследования в таблицу.

Цвет	Вкус	Продукт питания
розовый	сладкий	
синий	солёный	
жёлтый	кислый	
коричневый	горький	



ИЛЛЮЗИЯ МАК – КЕЯ

В течение 10 секунд смотри в центр круга, затем переведи взгляд на пустое место на стене. Что там появилось?





Академия безопасных наук

В нашей Академии ты познакомишься с самыми главными правилами безопасного поведения и поймешь, что твое здоровье – в твоих руках!



Рассмотри картинки и расскажи, что на них изображено? По какому номеру телефона нужно звонить в данных ситуациях?



Дорисуй пешеходный переход и «включи» необходимый для перехода сигнал светофора.



Внимание! Опасная ситуация! К кому можно обратиться за помощью, если ты потерялся на улице? Рассмотри персонажей на рисунке и проведи линию-дорожку, к кому безопасно обратиться за помощью.

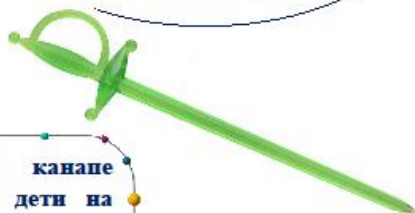


Найди и обведи только специальный транспорт.





Мистер Смак предлагает вам попробовать свои силы в приготовлении полезных и вкусных блюд! Кулинарный класс объявляется открытым!



Фруктовое канапе любят все дети на свете! Приготовь его для своих друзей! Надень на шпажку свои любимые фрукты или нарисуй их!



Если вы любите вкусную и полезную еду, то Вам непременно нужно посетить наше кафе!

Диета

для сказочных героев

Подумай, какие продукты питания будут особенно полезны сказочным героям. Проведи линии к нужным продуктам.



Забавные бутерброды



Рассмотри набор полезных продуктов и приготовь бутерброд своей мечты.



Битва поваров

Сколько блюд можно приготовить из овощей? Чтобы ответить на этот вопрос, вам предлагается вместе с родителями придумать как можно больше полезных блюд и записать их в меню.



МЕНЮ

ЗАВТРАК

ОБЕД

ПОЛДНИК

УЖИН

Дюймовочка - очень маленькая девочка, чтобы подрасти, ей нужно есть...



Для красоты волос Златовласка каждый день готовит блюдо из...



Кролик плохо видит, носит очки, ему необходимо укреплять зрение и готовить салат из...



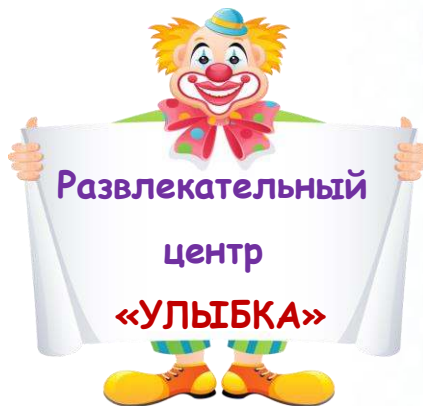
Щелкуны нужны крепкие зубы. Поэтому лучшим угощением для этого будет...





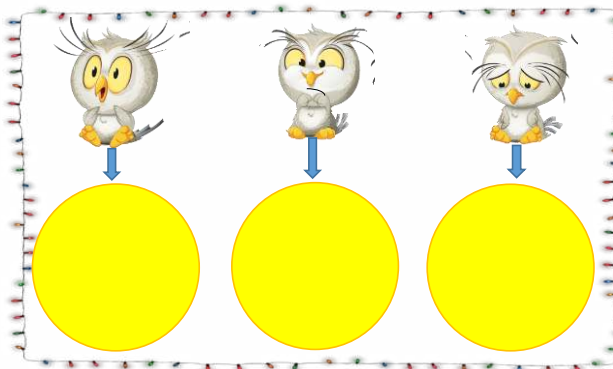
Волшебные превращения

Волшебник дарит тебе «Превращай» «веселый карандаш» и просит превратить эмоции страха, гнева и печали в удивительную эмоцию радости.



Развлекательный центр «УЛЫБКА»

Здоровый человек – это счастливый человек! Он умеет радоваться новому дню и дарит всем окружающим улыбку! Формула счастья очень проста: встань перед зеркалом и скажи волшебную фразу «От улыбки станет мир светлей!»



Радостные слова

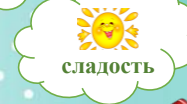
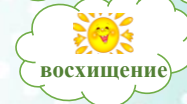
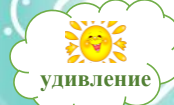
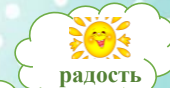
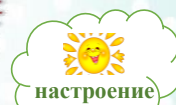
Прочитай стихотворение вместе с родителями и закончи каждую строчку «радостными» словами.



Торт с малиной – это...
День рождения – это...
Гость неожиданный – ...
Залп салюта – ...
Эти чудные мгновения поднимают ...

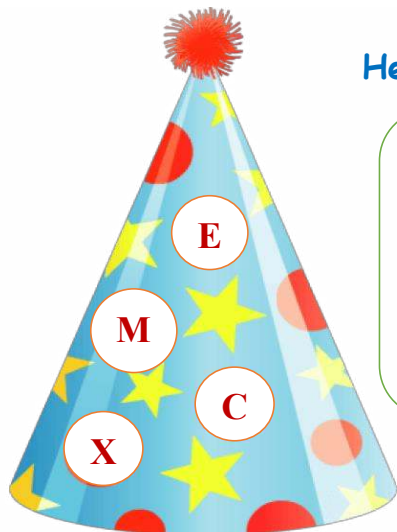


Слова - подсказки



Необычное лекарство

Рассмотри внимательно клоунский колпачок и найди буквы, которые здесь спрятались. Если ты составишь из них слово, то узнаешь, как называется главное лекарство от всех болезней.



Секрет хорошего настроения

Как приятно получать подарки! Вдвойне приятно дарить их самым близким людям! Вспомни, что нравится твоим родным и нарисуй сюрприз в подарочной коробке.

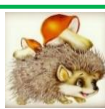


Отгадай ребусы и узнаешь, что можно купить в нашем магазине.

С



Ё = Е



+ДА

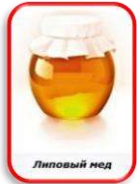
Пчеловод Иван Петрович разводит пчел, ухаживает за ними, собирает мед и продает его в магазине «Здоровдар». Здесь представлены разные сорта меда: гречишный, липовый, луговой. Посмотри на картинки и определи по цвету, откуда появился каждый сорт. Проведи линии от меда к картинке.



Луговой мед



Гречишный мед



Липовый мед



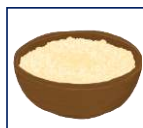
«Здоровдар» - это магазин здорового питания. Здесь вам подскажут как правильно питаться и выбирать только полезные продукты.



Найди на полках вредные для здоровья человека продукты и зачеркни их красным цветом.



Рассмотрите картинки и назовите пословицы и поговорки о здоровом питании.



И
Д
А
Ш
А
П
А
Ш
А
Ш
А

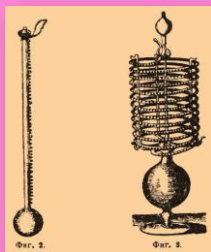


100

З
Е
Л
Е
Н
А
Я
П
О
С
Л
О
В
И
Ц
А
О
З
Д
О
Р
О
В
Ь
Н
О
М
У
Д
Р
О
С
Т
И

Как все начиналось...

В 1626 году итальянский врач Санторио изобрел термометр с отметками, который можно было использовать в медицинских целях. Однако его прибор был настолько большим, что его можно было установить только на улице.



Ртутный термометр содержит в себе 2 грамма ртути и обладает самой высокой точностью определения температуры, но нужно уметь правильно с ним обращаться и знать, что делать, если градусник разобьется.



МУЗЕЙ ГРАДУСНИКОВ



В Здравограде живут только здоровые малыши-крепыши. Они очень редко болеют, поэтому градусники им не нужны. Жители Здравограда решили создать Музей градусников. Приглашаем Вас на экскурсию!

На замену ртутному градуснику пришли электронные или цифровые термометры, которые работают на основе встроенного металлического датчика.



Термометры нового поколения – это бесконтактные термометры.



Перед вами «Градусник настроения». Попробуйте прислушаться к своему организму и отметить на градуснике свое настроение. Надеемся у Вас будет высокий градус отличного настроения!



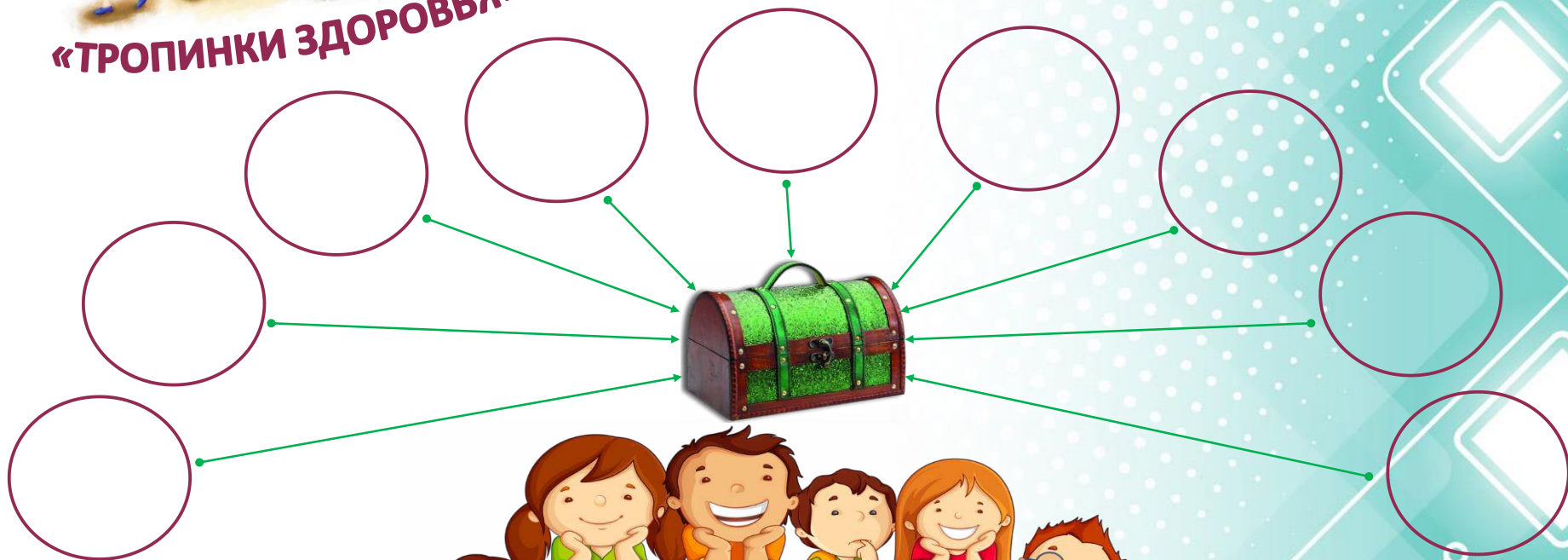
ШАГ ЗА ШАГОМ



«ТРОПИНКИ ЗДОРОВЬЯ»

Наше путешествие в славный город «Здравоград» закончилось.
Надеемся, что Вам удалось найти ответы на главные вопросы:

- ✚ Что такое здоровье?
- ✚ Для чего нужен здоровый образ жизни?
- ✚ Как сохранить свое здоровье?



Здоровье – это богатство!
Что дороже всего на свете?
Нарисуй, что может храниться
в этом сундучке.

**Чтобы всегда находиться в
тонусе и не испытывать
жажду — пейте полезное!**

