**Дистанция «PROвитамин»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Задание*** | ***Участники*** | ***Описание задания*** | ***Дата проведения*** |
| 1.«Витаминная корзина» | Родители и дети | Всем известно, сколько витаминов содержится в овощах и фруктах, и их значении для нашего организма. Каждому человеку важно это знать. В мире много различных овощей и фруктов, А какие из них знаете вы? Поможет вам в этом витаминная корзина. Это может быть корзина, ваза, чаша и др., любой формы и объема, а наполнить ее можно разнообразными фруктами и овощами, богатыми витаминами.  Изготовьте вместе с ребёнком такую корзину из любого материала и в любой технике. При оформлении можно использовать открытки, картинки, фотографии, объемные фигуры, муляжи. | 08.10.2018-10.10.2018 |
| 2.«Страна Витаминия» | Дети | У многих продуктов есть в составе витамины. И у каждого он особенный, не похожий на другой. Апельсины и лимоны – богаты витамином С. А в капусте и сладком перце его еще больше. Морковь, богата витамином А. Мы предложим детям нарисовать полезные продукты, в которых содержатся витамины. Можно использовать разнообразные техники рисования. И обязательно рассказать, какая польза от употребления того или иного продукта. | 10.10.2018  12.10.2018 |
| 3.«Витаминная закупка» | Родители и дети | Здоровое питание – залог здорового образа жизни, от того как человек питается зависит его жизнь, его здоровье. Но какие продукты дадут нам силы и укрепят наше здоровье, а какие наоборот, нанесут непоправимый вред, или просто окажутся бесполезными.  Предлагаем вам вместе с ребенком изучить, купленные в магазине продукты на содержание в них витаминов. Изучите этикетки, запишите в каких продуктах больше всего витаминов и сделайте презентацию данного продукта в любой форме. | 15.10.2018  17.10.2018 |
| 4.Акция «Витамины с грядки» | Родители | Осень – пора овощей и фруктов. У Вас большой урожай овощей и фруктов, И вы не знаете, что делать с излишками? Тогда мы предлагаем поучаствовать в акции «Витамины с грядки». Вся принесенная Вами продукция пойдёт в меню детского сада. Ваши дети будут рады такому подарку. | 17.10.2018  19.10.2018 |

**Дистанция «ПроSPORT»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Название этапов | Участники | Содержание этапа | Дата проведения |
| Спортландия | Семьи воспитанников | Роль игры в становлении и развития ребёнка переоценить не возможно. Именно в игре ребёнок познаёт окружающий мир и учится новому.  Мы предлагаем родителям наших воспитанников провести подвижную игру, эстафету, развлечение с детьми группы которую посещает их ребёнок. | 22.10.2018  26.10.2018 |
|  |
| Я, лучше всех! | Дети | Все дети талантливы. Давайте же раскрывать таланты в них. Предлагаем устроить фестиваль талантов. Участники (дети) с помощью своих родителей демонстрируют любой из спортивных талантов.  Основным критерием для всех является уникальность, неповторимость номера.  Жюри оценивает:  1) Исполнительское мастерство и артистизм;  2) Культуру подачи, сценический образ, эстетическое восприятие;  3) Оформление номера и качество исполнения выразительных средств (пластика, сочетания музыки, костюм, реквизит | 29.10.2018  02.11.2018 |
| Играем в Спорт! | Семьи воспитанников | На данном этапе мы предлагаем семье изготовить любую настольную спортивную игру своими руками. | 05.11.2018  09.11.2018 |
| Всё для спорта – всё для детей! | Семьи воспитанников | Предлагаем родителям совместно с ребёнком изготовить своими руками, либо приобрести любой спортивный инвентарь. Изготовление инвентаря возможно из любого бросового материала: всё то, что наверняка найдётся в любом доме из разряда ненужных вещей. А в результате получается очень яркие привлекающие к себе внимание пособия. Инвентарь должен быть безопасным, удобным к применению, максимально эффективным. | 12.11.2018  16.11.2018 |

**Дистанция «PRO–ЗОЖ»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Название этапов** | **Участники** | **Содержание этапа** | **Дата проведения** |
| Реклама ЗОЖ | Семьи воспитанников | Как донести информацию быстро, доступно и в увлекательной форме? Кто из нас не задавался таким вопросом. Ведь не секрет, что все вечно куда-то спешат. Тематическая листовка – вот выход.  Листовка – это  Изготовьте вместе с ребёнком листовку о здоровом образе жизни в любой технике на листе формата А5.  *Требования к листовкам*:  - Текст листовки должен быть кратким. Чтение ее не должно занимать более 30-60 секунд;  - простота и доходчивость. Листовка обязана учитывать особенности аудитории, но в любом случае она должна быть написана простыми словами. Задача листовки - внушить определенную мысль (идею). Чем проще эта мысль, чем яснее она изложена, тем больше шансов, что ее поймут и примут.  Нельзя также перегружать текст и оформление листовки деталями;  - Листовка, несмотря на свою краткость, должна иметь четкую композиционную и логическую структуру. Это достигается хорошо продуманной логикой изложения материала;  - привлекательность, броскость. Листовку необходимо оформлять так, чтобы она привлекала к себе внимание и вызывала желание ее прочесть. Для этого следует умело использовать яркие, броские иллюстрации (фотографии, рисунки, схемы), подбирать цвет бумаги и краски, различные шрифты и т.д. Размер шрифта не должен быть меньше шрифта пишущей машинки, иначе текст становится трудным для восприятия. Чем крупнее шрифт, тем легче читать листовку.  Важно, чтобы листовка содержала минимум текста, а ее содержание было понятно в течение первых нескольких секунд изучения, при беглом взгляде. | 19.11.2018  23.11.2018 |
| Здоровые семейные традиции | Семьи воспитанников | Семейные традиции поддерживают целостность семьи. Время, проведенное вместе, или какие-то специальные ритуалы сближают и поддерживают эмоциональный контакт, а если это традиции связанные со здоровым образом жизни, то польза от них еще больше.  Задача родителей совместно с ребенком оформить лэпбук «Здоровые семейные традиции», в котором будут отражены традиции семьи связанные с ЗОЖ в оригинальной форме.  Лэпбук (lapbook), или как его еще называют тематическая или интерактивная папка, - это самодельная бумажная книжечка с кармашками, дверками, окошками, подвижными деталями, которые ребенок может доставать, перекладывать, складывать по своему усмотрению.  Обычно лэпбук – это книжка-папка имеет формат А4 в сложенном состоянии и формат А3 в раскрытом.  В ней собирается материал по какой-то определенной теме.  Создание лэпбука поможет закрепить и систематизировать изученный материал, а рассматривание папки в дальнейшем позволит быстро освежить в памяти пройденные темы.  Материал может быть полезен воспитателям детских садов, педагогам, родителям и детям. | 26.11.2018  30.11.2018 |
| Лента изобретения | Семьи воспитанников | А знаете ли вы, что спортивный инвентарь имеет не менее древнюю историю, чем сам спорт, и что создание его совсем не простое дело?  Воспитанники вместе с родителями проводят исследование по истории возникновения и эволюции (развития) определенного спортивного инвентаря (например, мяча).  Свое исследование оформляют в виде буклета, папки-передвижки, презентации и т.п. | 03.12.2018  07.12.2018 |
| Я – здоров! | Воспитанники | Воспитатель проводит диагностику силовых навыков воспитанников:  - Прыжки через скакалку;  - Сила воздушной струи (надувание воздушного шарика на время);  - Измерение силы рук с помощью динамометра (силометра);  - Вращение обруча на талии на время;  - Планка - упражнение статическое. Движений в нем нет, потому самое главное тут — держать тело правильно. | 10.12.2018  14.12.2018 |