**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.  | 10.10.201812.10.2018 |
| 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. | 15.10.201817.10.2018 |
| 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. | 17.10.201819.10.2018 |

**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.  | 22.10.201826.10.2018 |
|  |
| 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 | 29.10.201802.11.2018 |
| Играем в Спорт! | Семьи воспитанников | На данном этапе мы предлагаем семье изготовить любую настольную спортивную игру своими руками.  | 05.11.201809.11.2018 |
| 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. | 12.11.201816.11.2018 |

**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. | 19.11.201823.11.2018 |
| 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. | 26.11.201830.11.2018 |
| 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. | 03.12.201807.12.2018 |
| 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. | 10.12.201814.12.2018 |