

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад пристра и оздоровления № 17 «Ладушки»  
города Новоалтайска Алтайского края



# ПРОЕКТ ВЫХОДНОГО ДНЯ

## «Здоровая семья - здоровая Россия»

Автор проекта:  
Воспитатель I квалификационной  
категории  
Холодова Ю.В.



## **Пояснительная записка**

Вырастить ребенка сильным, здоровым, крепким – это естественное желание каждого родителя и одна из ведущих задач нашего дошкольного учреждения.

Современное общество диктует условия, в которых современным родителям, после тяжёлой рабочей недели всё меньше и меньше остаётся времени в выходные дни для своих детей. Родители забывают о пользе свежего воздуха и движения для организма ребёнка. Научно доказано, что для благоприятного и успешного физического развития дошкольника, он должен находиться на свежем воздухе от 4 до 6 часов в день. А в активном движении проводить не менее одного часа не считая интервалы для отдыха. К сожалению родители зачастую забывают об этом, особенно в зимний период. Поэтому проект нацелен именно на этот период.

**Проблема:** Недостаточно сформированная система работы с семьями воспитанников по проблеме физического воспитания и оздоровления детей. Нежелание родителей организовывать двигательную деятельность с детьми.

Невнимание родителей к здоровому образу жизни в семье.

**Вид проекта:** информационно-оздоровительный.

**Цель:** укрепление здоровья детей дошкольного возраста, через взаимодействие и сотрудничество воспитателей с родителями.

### **Задачи:**

- Обеспечить физическое и эмоциональное развитие ребёнка в семье.
- Формировать активную позицию родителей в воспитании детей, повышать их степень участия в педагогическом процессе.
- Гармонизировать детско-родительские отношения с помощью совместных спортивных мероприятий.

Предполагаемый результат проекта:

- Повышение активности родителей в формировании здорового образа жизни детей.
- Осмысление родителями оздоровительной ценности активных семейных выходных.

### **Участники проекта:**

- Родители
- Дети

## **Предполагаемый результат:**

- Повышение активности родителей в формирование здорового образа жизни детей.
- Осмысление родителями оздоровительной ценности активных семейных выходных.

## **Девиз проекта:**

**«ЗОЖ – это то, что обеспечивает здоровье и доставляет радость»**

## **Содержание проектной деятельности:**

### **Этапы реализации проекта:**

1 этап: подготовительный;

2 этап: практический;

3 этап: заключительный;

### **1 этап – подготовительный:**

#### **Предварительная работа:**

- Поисковая работа по подбору материала.
- Сбор информации для папок передвижек.
- Оформление памяток для родителей «Чем занять ребёнка дома?».

### **2 этап – практический:**

Внедрение проекта в семьи воспитанников.

Прогулки по маршрутам проекта.

3 этап – заключительный:

Семейная фотовыставка «Совместный выходной»

**Продукт проекта:** серия памяток «Маршрут выходного дня»

Фотоальбом группы «Как я провёл выходные»

Консультации для родителей «Собираем ребёнка на зимнюю прогулку»

«Зимние забавы»

Оформление тетради «Чем занять ребёнка дома»

**Серия памяток «Маршрут выходного дня»**

Вспомните, как мы обычно проводим свои выходные? Отсыпаемся после рабочей недели, смотрим любимый телевизор, обедаем в гостях и у родителей, вместе с детьми едем на день в торговые центры. А после - игры в компьютер, пока уставшие после шопинга родители, переключают телепередачи или занимаются домашними делами, накопившимися за неделю. Хорошо, если семья спортивная, а семейный бюджет позволяет отдохнуть в выходные на горнолыжном спуске или за игрой в пейнтбол. А если нет? Да, и не каждый выходной мы ходим в аквапарки или катаемся на картинге. Поэтому мы хотим вам предложить своеобразные маршруты выходного дня. Надеемся, что благодаря им, выходные не только порадуют вашу семью но и укрепят её здоровье.

*Мы будем рады, если вы поделитесь с нами своими идеями о проведение СЕМЕЙНОГО ВЫХОДНОГО в тетради «Чем занять ребёнка дома?»*

## Маршрут выходного дня № 1.

1. Конечно, первое что хочется предложить вам в нашем городе, это прогулки в парке. Все мы много времени проводим летом на природе, но не менее полезны такие прогулки и в другие времена года. По парку можно просто гулять, дышать свежим воздухом, любоваться природой, а ещё угостить птиц крошками. Устроить соревнования «Кто дальше бросит снежок или камушек», поиграть в «Городки», построить крепость.

Прочитайте детям стихотворение о зиме.

### Зимушка-зима

В ледяной карете мчится  
Зимушка-зима,  
Ветер крыльями стучится  
В сонные дома.  
Расцветают скверы, парки  
Снежной белизной.  
И мороз возводит арки  
Над тропой лесной.



*Автор: Т. Бокова*

Обратите внимание детей на деревья и кустарники. Постарайтесь, чтобы дети заметили их отличие друг от друга (разные стволы, цвет коры). Вместе с детьми рассмотрите снежинку, уточните, что у всех снежинок разный узор. Порисуйте палочкой на снегу. Разрешите ребёнку лечь на чистый снег и подвигать руками вверх и вниз помогите ему подняться, не поломав отпечаток на снегу, вместе полюбуйтесь на получившуюся «Бабочку». Пусть он расскажет о своих ощущениях. Если возникло желание, лягте рядом и тоже сделайте «бабочку», ребёнок будет в восторге, сфотографируйте ваших «бабочек». Обязательно напечатайте фото, и в понедельник ваш ребёнок придёт в детский сад не только с яркими впечатлениями, и с гордостью будет показывать снимок!



2. Не будем забывать про одно из самых любимых занятий наших детей, просмотры мультфильмов, лучше это сделать всей семьёй в кинотеатре. У нас в городе есть кинотеатр «Формула». Напоминаем вам их контактный телефон, адрес и сайт, на которых можно



уточнить репертуар и время сеансов: Кинотеатр «FORMULA» г. Новоалтайск, ул. Октябрьская, 36

Тел. для справок: +7 (3852) 226-007.

Можно заменить совместным просмотром мультфильма дома, лучше если мультфильм вы заранее скачаете на флешку и включите его не на компьютере, а телевизоре в общей комнате устроив кинотеатр дома. Можно готовясь к просмотру нарезать на тарелочку фрукты и овощи, это принесёт больше пользы здоровью, чем попкорн. После совместного просмотра обсудите увиденное и поделитесь своими впечатлениями. Расскажите о своих чувствах-эмоциях, так вы поможете ребёнку лучше понимать себя. Придя домой дайте ребёнку цветные карандаши и чистый лист бумаги, предложите нарисовать понравившегося героя. Не забудьте похвалить вашего малыша за старания, и восхитится его рисунком.

3. Перед сном лягте рядом просто поговорите о прошедшем дне, спросите что запомнилось, что понравилось, обсудите план на следующие выходные.

Если вы воспользовались нашими советами, будем рады узнать о ваших впечатлениях, о прогулке которыми можно поделиться в тетради «Чем занять ребёнка дома?» и подарите нам фото сделанное во время неё.

## Маршрут выходного дня № 2.

1.Ещё одно замечательное место, где можно погулять с ребёнком в выходной, это лыжная база. Такое мероприятие принесет только пользу, и смену впечатлений, свежий лесной воздух, и развитие общего кругозора. Можно представить себя настоящим туристом. Взять с собой: термос с горячим чаем, влажные салфетки, несколько бутербродов, и любую другую необходимую провизию. Повторить счет считая сосны, а так же укрепить мышцы ног и обогатить лёгкие кислородом. И тогда ваш ребёнок с нетерпением будет ждать следующего выходного дня.

Адреса лыжных баз: лыжная база в селе Зудилово. МУДОД «Детский оздоровительно-образовательный лагерь «Орленок» города Новоалтайска (с. Зудилово Первомайского р-на, ул. Шукшина, 58-а).

Не забывайте фотографироваться и обязательно напечатайте фотографии , ваш ребёнок с гордостью принесёт их детский сад и будет рассказывать остальным ребятам как провёл выходные с родителями!

2.Приехав домой возьмите пластилин и попробуйте вместе слепить человечка на лыжах, похвалите вашего малыша за старания и восхититесь красотой скульптуры.

3.Вечером перед сном обсудите прошедший день, поделитесь пережитыми впечатлениями.

Если вы воспользовались нашими советами, будем рады узнать о ваших впечатлениях на прогулке, которыми можно поделиться в тетради «Чем занять ребёнка дома?» и подарите нам фото сделанное во время неё.



### Маршрут выходного дня № 3.



1. В нашем городе много мест где можно покататься на коньках и почувствовать себя настоящими спортсменами. Но хочется отметить каток на стадионе «Восход», который находится: ул. 22 Партсъезда 16. Там можно всей семьёй поиграть в хоккей, да и просто побыть болельщиком. Покататься на коньках. Коньки можно принести с собой, а можно взять на прокат, в прокате есть детские двухполосные коньки.

Катки нашего города: ледовые площадки СК «Лидер», катки на стадионах «Восход» и им. 50-летия Алтая. Теннисный корт (ул. Космонавтов, 16), клуб «Метеор» - р-он Белоярский, ул. Мерзликина, 6-а

2. А после того как ваши дети зарядятся энергией и вдоволь набегаются, советуем сходить в музей им. В.Я. Марусина **Телефон:** (38532) 46-964

**Адрес:** 658087, [Алтайский край](#), г. [Новоалтайск](#), ул. 22 Партсъезда, 9.

Посмотреть экспозиции: "Животный мир Алтая", "Птицы Алтая", "Бабочки Алтайского края", "Удивительный мир камня".





3. Не забывайте фотографироваться и обязательно напечатайте фотографии , ваш ребёнок с гордостью принесёт их детский сад и будет рассказывать остальным ребятам как провёл выходные с родителями!

4. Придя домой дайте ребёнку карандаши, ручки, фломастеры, попросите нарисовать вашу семью на коньках. Не забудьте похвалить вашего малыша за старания, и восхитится его рисунком

Если вы воспользовались нашими советами, будем рады узнать о ваших впечатлениях на прогулке, которыми можно поделиться в тетради «Чем занять ребёнка дома?» и подарите нам фото сделанное во время неё.

#### **Маршрут выходного дня №4.**

1. Ещё одно замечательное место, где можно активно отдохнуть всей семьёй в выходной день, это « Изумрудный парк» города Барнаула, Сибирский проспект, 38. Здесь найдёт себе занятия ребёнок любого возраста. Сможет развить навыки лазания, ползания, бега, прыжков, чувство равновесия. А если всё это он будет делать с вашей доброжелательной поддержкой и участием, то такой спортивный выходной станет не только весёлым, но и полезным.

2. Насытившись активным отдыхом, посетите «Планетарий» там вы сможете совершить прогулку по звёздному небу в зависимости от выбранного тематического направления, проводить закат и встретить рассвет.

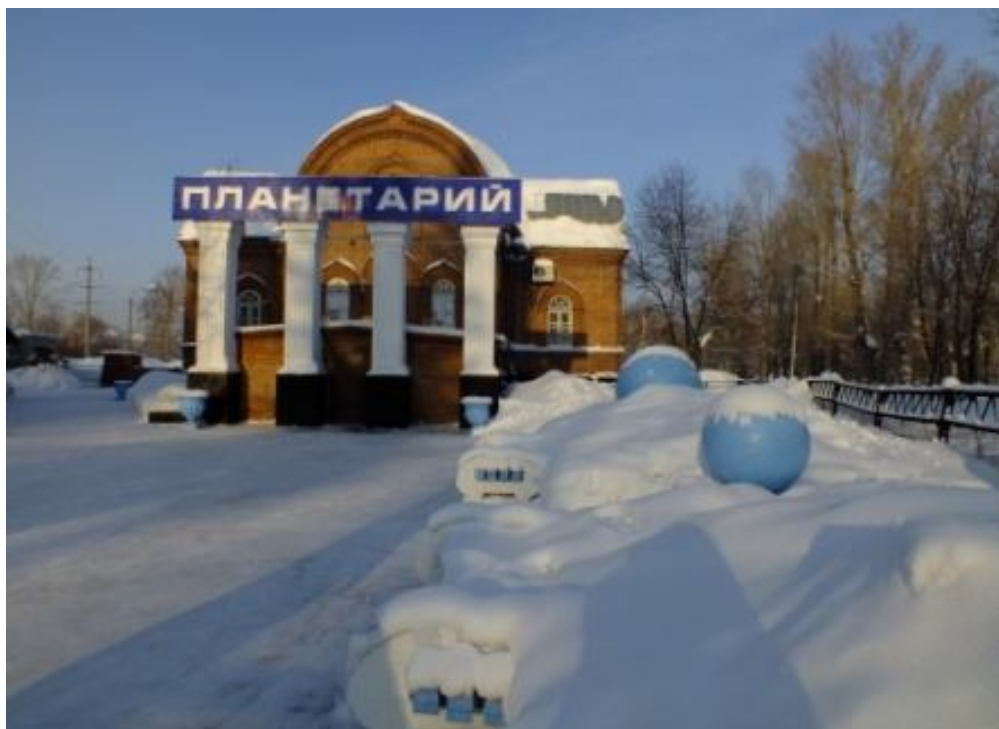
Здание, в котором находится "звездный дом", является памятником архитектуры и истории города Барнаула постройки 1857 года.

Сегодня планетарий и окружающая его площадка - один из наиболее красивых уголков Барнаула здесь все дышит чистотой и покоем.

3. Не забывайте фотографироваться и обязательно напечатайте фотографии, ваш ребёнок с гордостью принесёт их детский сад и будет рассказывать остальным ребятам как провёл выходные с родителями!

4. Придя домой дайте ребёнку листок бумаги чёрного или тёмно синего цвета, белую и жёлтую гуашь, попросите нарисовать звёздное небо. Не забудьте похвалить вашего малыша за старания, и восхитится его рисунком.

Если вы воспользовались нашими советами, будем рады узнать о ваших впечатлениях о прогулке которыми можно поделиться в тетради «Чем занять ребёнка дома?» и подарите нам фото сделанное во время неё.



# Собираем ребёнка на зимнюю прогулку



Наступают холода, и родители задают себе вопрос: Как правильно одевать ребенка зимой? Самым простым выходом будет не выпускать в холод на улицу ребенка. Он может простыть, и тогда здравствуй кашель, насморк. Но нельзя держать ребенка взаперти, ему нужны прогулки по свежему воздуху. Нужно знать, что одежда ребенка должна соответствовать погоде на улице. Можно выделить 4 диапазона температуры зимой.

— от минус 5 до плюс 5 градусов Цельсия. Одежда ребенка при этой температуре должна состоять из комбинезона на синтепоне, колготки и футболку с длинным рукавом, теплые ботиночки с шерстяной стелькой, хлопчатобумажные носки, теплые перчатки и шерстяная шапочка.

— от минус 5 до минус 10 градусов Цельсия. Предыдущий набор нужно дополнить синтетической или хлопчатобумажной водолазкой, легкой льняной. На хлопчатобумажные носки нужно надеть еще и шерстяные.

— от минус 10 до минус 15 градусов Цельсия. Теплые ботинки заменить валенками или утепленной обувью. В эту погоду одежда ребенка должна состоять из пухового комбинезона с капюшоном, он должен надеваться на шерстяную шапку. Вместо перчаток лучше надеть варежки с меховой подкладкой или шерстяные.



— от минус 15 до минус 23 градусов Цельсия. В эту погоду с ребенком нужно сидеть дома, но если, же вы вышли на улицу с ребенком, одежда должна быть такая же, как и предыдущая, и тут не поможет дополнительный слой. Нужно принять соответствующие меры предосторожности, щеки ребенка намазать жирным кремом, уменьшить время прогулки.

Будет неплохо, если у ребенка одежда будет включать термобелье. Сейчас такое белье носят взрослые и дети. Термобелье содержит смесь шерсти и синтетики. Синтетика способна выводить излишки влаги, а шерсть — сохранять тепло. В таком белье ребенку будет достаточно тепло, и даже если он будет играть и активно бегать он останется сухим. Если же у ребенка аллергия на шерсть, то такое термобелье ему не подойдет. Тогда вместо этого белья нужно надевать майку с длинным рукавом, свитер или водолазку из хлопка с примесью синтетики или изо льна. Чистый хлопок лучше не надевать, он хорошо впитывает влагу, в результате чего охлаждается.





Зимой одежда у ребенка подчиняется такому принципу «1», когда ребенку меньше, чем полгода. Это говорит о том, что у ребенка количество слоев одежды на один слой должно быть больше, чем у вас. Чем ребенок активнее и старше, его следует меньше кутать, если малыш много двигается, он не замерзнет. А вот если у малыша тесная одежда, кровь не сможет нормально циркулировать, в результате чего увеличится риск обморожения. Самая высокая теплоотдача идет с ног, рук и головы. И нужно позаботиться о теплой обуви, варежках, шарфе и теплой шапке.

Если вы зашли с ребенком в помещение, сразу нужно с него снять лишнюю одежду, чтобы он не перегревался и не потел. Это же касается, когда ребенок собирается на улицу. Вначале одеваются родители, а уже потом одевают ребенка, чтобы он не потел и не стоял, пока его родители соберутся. Ведь если вспотевший ребенок выйдет на улицу, то, конечно же, он простынет.

Если вы считаете, что одежда вашего малыша подобрана правильно, то все равно на улице, нужно следить за тем, чтобы он не перегрелся и не замерз.

С ребенком все в порядке, когда у него:

- Малыш не жалуется на холод.
- У него румяные щеки, а стало быть, кровь у него циркулирует.
- У ребенка прохладная спина и попа, прохладные кисти рук, но не ледяные.
- У него прохладные щеки и нос, но не ледяные.

Можно определить, что ребенок замерз по:

- По бледным щекам и красному носу.
- По холодной шее, переносице и руки чуть выше кисти.
- Холодные ноги очень часто охлаждаются, потому что тесная обувь.
- Ребенок говорит, что замерз.

Когда ребенок вспотел и перегрелся, это можно определить по:

- Теплым ногам и рукам.
- У него очень влажная и теплая спина и шея.
- При температуре ниже минус 8 градусов Цельсия у ребенка теплое лицо.

Перегревшегося или замерзшего ребенка следует уводить домой. Если у ребенка замерзли ноги, нужно дополнительно надеть теплые шерстяные носки или если у малыша ноги вспотели, то нужно надеть на него сухие легкие носки.

## Как правильно одевать ребенка?

В холодную погоду есть большой риск переохлаждения, поэтому нужно создать под одеждой условия, чтобы малышу было по возможности очень комфортно. Для детей важны в одежде такие характеристики, как гидрофобность, теплопроводность, воздухопроницаемость, объем, толщина, вес, прочность и так далее.

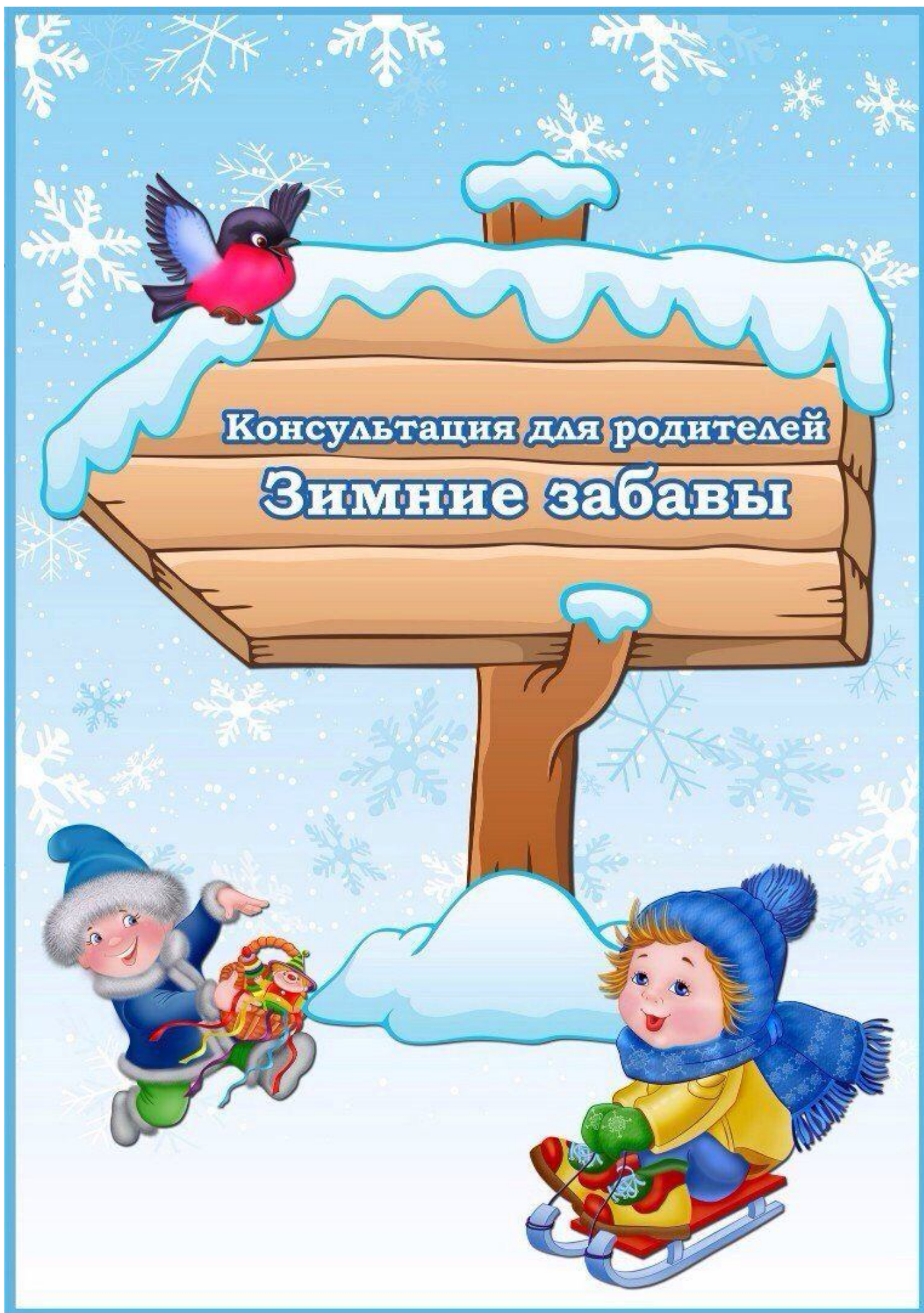
Одежда у детей не должна быть из синтетического материала. Швы не должны натирать кожу и быть аккуратными, одежда не должна сдавливать ткани и нарушать кровоток. И если запястья сдавливает резинка, то может ухудшиться приток крови, а значит, будет переохлаждение. Удачным сочетанием будет удлиненная куртка и брюки с высоким поясом. А в качестве наполнения подойдут пух и синтепон.

В заключение скажем, как нужно правильно одевать ребенка зимой. Следуйте советам, чтобы одежда у вашего ребенка была по погоде теплой, удобной и легкой.

Вся ответственность за детей целиком лежит на родителях, и здоровье детей находится в руках взрослых.









Помните в детстве это радостное возбуждение, когда, проснувшись, вдруг обнаруживаешь, что все вокруг белым-бело?

Постарайтесь, чтобы и ваши дети получали удовольствие от зимы, поэтому как можно раньше объясните им, что если выпал снег, это вовсе не означает, что они должны оставаться дома - но, конечно, для прогулок у них должна быть подходящая верхняя одежда, чтобы они не замерзли и всегда оставались сухими.

Не секрет, что для физического развития, укрепления организма детям необходимо как можно больше времени проводить на свежем воздухе. И зима - не исключение из этого правила! А чтобы холод принес пользу и не помешал малышам получить удовольствие от прогулки, они должны быть заняты интересным делом. Необходимо лишь следить за тем, чтобы более интенсивные движения сменялись более спокойными.

Санки и снег так же неразделимы, как мороженое и вафельный стаканчик. Придумайте разные забавные способы катания.

Кататься с горки можно не только на санках - для этой цели прекрасно подходят, например, шины от автомобилей, ледянки, снегокаты.

Подберите специальные игры, задания, забавы, подходящие для зимних условий. Ведь только зимой есть снег, лед, ледяные дорожки! Не упускайте возможность использовать снежные постройки: горки, ледяные дорожки, валы, лыжные трассы и специальный инвентарь для игр со снегом: лопаты.





Итак, для зимних игр и забав необходимы следующие условия:

не предлагайте игр, где нужно долго и интенсивно бегать, чтобы дети не вспотели (для бега нужно ограничивать пространство) ;

в игре не должно быть трудновыполнимых движений (например, прыжков через скакалку, препятствия, в высоту; гимнастических упражнений и др.) ;

игры со снегом следует проводить в теплую погоду, когда снег мягкий;

для игр со снегом рекомендуются непромокаемые варежки;

зимние игры, забавы, развлечения проводятся на утрамбованной площадке.

### **Поиск клада**

Эта увлекательная игра требует небольшой подготовительной работы. Вам надо будет заранее купить в ближайшем магазине "клад".

Это может быть угощение (маленькая шоколадка, конфетка, игрушка или сувенир. "Сокровище" нужно положить в непромокаемую коробочку (пакетик) и спрятать под снегом в определенном месте.

Лучше всего прятать клад в лесу, в парке или во дворе собственного (частного) дома (дачи) .

По заданию ребенок должен найти клад, руководствуясь вашими подсказками. Подсказки могут быть простые, например, горячо-холодно или более сложные: сделай два шага налево, потом три шага вперед и т.д.





## Два Мороза

В игре принимают участие все дети. Выбираются двое детей (два Мороза). Они стоят напротив остальных детей на расстоянии 3—4 шагов.

Морозы говорят:

«Мы два брата молодые, два Мороза удалые:

Я Мороз — Красный нос,

Я Мороз — Синий нос.

«Кто из вас решится в путь-дороженьку пуститься?»

Дети отвечают: «Не боимся мы угроз, и не страшен нам мороз».

После этих слов дети разбегаются, а Морозы догоняют и салят их. Кого Морозы осалят, те останавливаются.

Игра прекращается (после 5—8 сек. непрерывного бега) со словами воспитателя: «Раз, два, три, в круг скорей беги».

Игра повторяется два-четыре раза.

## «У медведя во бору»

На земле или на полу рисуют круг. Далее выбирают водящего - медведя.

Медведь встает в центр круга и притворяется спящим.

Ребята встают за линию круга и начинают петь:

У медведя во бору грибы-ягоды беру. А медведь не спит, все на нас глядит!

Медведь просыпается. Задача ребят - пробежать через круг и не стать «добычей» медведя. Пойманный ребенок занимает место водящего.

Игра начинается сначала.





## Снежные краски

Для разнообразия снег можно сделать цветным.

Для этого возьмите полстаканчика воды и добавьте туда краску.

Дайте ребенку несколько таких стаканчиков с разными красками.

Разбрызгивая краски на снег или наполняя им стаканчики, он получит подкрашенный снег, из которого можно делать шарики, разные фигурки или снеговичков.

Это очень удобный момент познакомить ребенка с особенностями цветовой гаммы. Дайте малышу стаканчики с красной и желтой красками, и пусть он выльет половину каждой краски в стаканчик со снегом.

Полученный раствор помешайте ложкой, и вы увидите, в каком восторге будет ребенок, когда он поймет, что, соединив красную и желтую краски, можно получить оранжевый цвет.

С помощью обычной пипетки и подкрашенной воды можно рисовать картинки на снегу.

## Лабиринты и туннели

Когда толщина снежного покрова достигает пятнадцати сантиметров или более того, в нем можно прорывать снежные лабиринты и туннели.

Помогите вашему ребенку сделать план лабиринта, который он захочет соорудить в снегу на искусственном или естественном склоне.

Когда лабиринт будет готов, полейте его водой и сделайте так, чтобы поверхность внутри него была очень гладкой.

Теперь по дорожкам сооружения можно катать игрушки или мячики.

Когда собирается несколько детей, они могут построить параллельные лабиринты и катать по их дорожкам все, что угодно.

Интересно играть в догонялки в большом снежном лабиринте.

Для большей забавы можно просто так рыть в снегу туннели-лабиринты, а для малышей - туннели, в которых легко спрятать какие-нибудь игрушки или играть в прятки.





## Снежная крепость

Дети любого возраста с радостью увлекаются постройкой снежных крепостей. Нам не раз приходилось наблюдать, как безумно счастливые мальчишки целый день напролет проводят за постройкой своих "грозных" крепостей.

Ваша задача - проследить за тем, чтобы сооружение крепости началось в тихом месте, где у нее будет шанс сохраниться в течение нескольких дней, а не где-нибудь на дороге или у крыльца дома.

Предложите вашим снежным архитекторам такое место, куда меньше попадают прямые солнечные лучи, иначе цитадели будет грозить опасность слишком быстро растаять.

При постройке крепости некоторые дети любят использовать ведро, набивая в него снег; другие, чтобы построить стенку, делают большие снежные шары и, спрессовывая, кладут их один на другой; иные же просто прыгают в середину сугроба, прорывая в нем ходы, и там прячутся.

Крепость можно построить не только из снега, но и из льда.





## Помощник.

Зима - время не только развлечений, но и работы по чистке от снега (крыльца, двора, машины и так далее).

Вы можете привлечь своего малыша к труду, выдав ему лопату соответствующего размера.

Главное - показать пример и делать все с удовольствием и улыбкой на лице. Тогда в будущем эта работа будет ассоциироваться у ребенка только с положительными эмоциями, и он с радостью будет вам помогать.

Мы слепили снежный ком, ушки сделали потом.

Вместо глаз - угольки нашлись у нас.

Кролик вышел как живой: и с хвостом, и с головой.

За усы не тяни - из соломинки они!

Длинные, блестящие, точно настоящие!





## Подвижные игры

Чтобы согреться в морозный день на улице, как нельзя лучше подойдут подвижные игры на свежем воздухе. Конечно, катаясь с горки на санках или ледянке, ребенок постоянно движется, поэтому вряд ли замерзнет. Но если ему надоест это занятие, то предложите группе детей поиграть в футбол на снегу.

### Зимние вышибалы

С любимой игрой можно не расставаться и зимой, сменив мяч на снежки. Невысоким снежным валиком обозначается круг диаметром 4-5 м. В нем собирается группа играющих. Водящий становится на расстоянии 2-3 м от круга, на этом расстоянии он может передвигаться вдоль него. В руках у него – корзинка со снежками. По сигналу водящий старается попасть в кого-нибудь из увертывающихся в кругу игроков.

Когда из круга выбывают все, водящий меняется на первого выбывшего. Выигрывает тот, кто, «очистив» круг, обойдется минимальным запасом снежков. Кстати, эта игра обычно увлекает и взрослых. Начните, чтобы показать детям пример – и, возможно, не захотите прекращать.

### Кто дальше?

Играющие становятся в шеренгу, в каждой руке у них по снежку. По команде взрослого «Бросай!» - все одновременно стараются бросить снежок как можно дальше по направлению к забору, дереву или другому ориентиру. Чей снежок пролетит дальше других, тот считается выигравшим.



## Используемые ресурсы:

- <https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2012/11/25/proekt-marshruta-vykhodnogo-dnya>
- <http://kladraz.ru/blogs/oksana-vladimirovna-kozlova/marshrut-vygodnogo-dnja-7176.html>
- <http://www.maam.ru/detskijasad/-marshrut-vygodnogo-dnja-kak-sposob-yefektivnogo-vzaimodeistvija-semi-i-dou.html>
- <http://www.moi-detsad.ru/konsultac/konsultac2889.html>
- <https://ok.ru/vospitatelyu/topic/66813195788291>
- <http://www.novoaltaysk.ru/index.php/5240-3960>
- <http://www.museum.ru/M1355>
- Т.А.Данилина, Т.С. Лагода, М.Б. Зуйкова «Взаимодействие дошкольного учреждения с социумом: Пособие для педагогических работников дошкольных образовательных учреждений», Издательство «Аркти» Москва 2003
- Н. И. Бочарова «Оздоровительный семейный досуг с детьми дошкольного возраста», Издательство «Аркти» Москва 2002.
- Л. Е. Осипова «Работа детского сада с семьёй», Издательство «Скрипторий 2003» 2008.