

**Актуальность проекта:** Ухудшение здоровья подрастающего поколения, низкий уровень представлений о здоровом образе жизни, о спорте.

Охрана здоровья подрастающего поколения в нашем обществе имеет большое государственное и социальное значение.

Именно дошкольный возраст является важнейшим периодом, когда формируется человеческая личность, и закладываются прочные основы физического, психического и социально-нравственного здоровья.

**Вид проекта:** Информационно – познавательный.

**Сроки реализации проекта:** Краткосрочный.

**Участники проекта:** Дети 3-4 лет, воспитатели, учитель-логопед, родители.

**Цель проекта:** Расширение представлений детей о видах спорта.

**Задачи:**

- ознакомление с наиболее популярными видами спорта;
- развитие положительной мотивации к занятиям спортом, здоровому образу жизни;
- расширение кругозора, повышение умственного и речевого развития.

**Планируемые результаты проекта:**

- Развитие интереса к видам спорта;
- Пополнение словарного запаса спортивными терминами;
- Повышение уровня знаний о видах спорта;

Повышение уровня мотивации и осознания физической культуры

# ЗАКАЛКА, СПОРТ, ДВИЖЕНИЕ – ВСЕХ ЦЕЛЕЙ ДОСТИЖЕНИЕ!



# ЗНАКОМСТВО С АЛЬБОМОМ «ВИДЫ СПОРТА»

---



# ДИДАКТИЧЕСКАЯ ИГРА «НАЙДИ ПАРУ»



# СТИХИ И ЗАГАДКИ О СПОРТЕ

## Загадки о спорте для детей



Болець мне некогда, друзья,  
В футбол, хоккей играю я.  
И очень я собою горд,  
Что дарит мне здоровье...

(спорт)

## Стихи о спорте для детей



Спорт должен быть неотъемлемой частью жизни Вашего ребенка. А чтобы занятия были интересны и весело проходили им, приготовьте ему замечательные стихотворения о его любимом виде спорта. Присаживаясь, читайте им с детьми, делайте вместе упражнения, выполняйте спортивные упражнения.

### Будь спортивным и здоровым...

Будь спортивным и здоровым!  
Спортивным быть очень важно!  
Со спортом много ты любишь,  
Спорт — и здоровье без сомнения,  
Спорт — и веселье без счета,  
С друзьями спортом заниматься,  
Помочь, помочь друг другу!  
Меня — веселье не считая,  
Делю со всеми уж успехи!  
Попробуй делать каждый день  
Зарядку утром! Будет сила,  
Всегда, но приносила спорт,  
Здоровья станешь — это точно!

Анна Жаброва



Я занимаюсь бегом,  
Я занимаюсь бегом,  
А ноги усталы,  
Что друзей в усталости

— Беги! — кричат мне! —  
И ты усталая,  
Что выдохнула ты и  
Такого дружики!

И ноги мои  
И болят мои,  
Сколько мне отдала  
— Беги! — кричат! — в те минуты,  
И усталы мои!

И хочется кричать:  
— Не беги! Беги! Беги!  
И говоришь — Мама!  
Ты хочешь не бежать!

Нет приходит мне первый бег,  
Мне так хочется бежать,  
Прогнать мой страх с собой  
Дать быстрое в бег.

Ах, как же это больно,  
Все же нет, протыкает.

Он вылетел из моих глаз,  
Поддержку чувствует в беге,  
А в расстройстве! И смею!

А надежда мне нужна часть  
Шестьдесят лет.

Вдруг вижу — мама,  
Мама смеется!  
Сидит спокойно в беге,  
Сидит в диванном кресле,  
А говорит — не беги!

И вижу неуверенно глазами —  
Сидит спокойно в беге!  
Вот он еще один ребенок,  
Запустился в беге.

— Ну, как в беге? Смею!  
И победил в беге.

# КОНСУЛЬТАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

**Консультация для родителей**

**Куда отдать ребенка заниматься спортом**

Не секрет, что некоторые заболевания могут препятствовать занятиям спортом. Следовательно, прежде чем отдать ребенка в спортзал, пройти с ним полное медицинское обследование. Консультации врача могут стать определяющим при выборе вида спорта. У каждого вида спорта свои требования к организму человека. Самые популярные «у родителей» виды спорта, в которые они отдают своих детей, а также их показания и противопоказания представлены ниже.

**Плавание**

**Преимущества:**

- Укрепляется скелет и развивается дыхательная система организма.
- Препятствует и выводит на ранних стадиях иерор, сколиоз, остеохондроз.
- Укрепляет нервную систему.
- Постоянный гидромассаж, улучшающий кровообращение.
- Улучшает работу легких.
- Большая польза от плавания детям с близорукостью, ожирением, сахарным диабетом.
- Общее закаливание организма.

**Не рекомендуется:**

- Противопоказано детям, склонным к простудным заболеваниям.
- При наличии открытых ран.
- При кожных заболеваниях.
- При болезнях глаз.



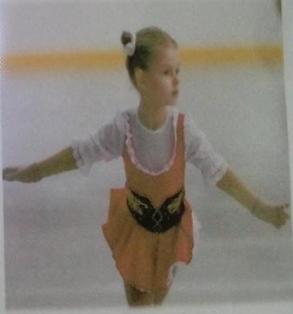
**Фигурное катание**

**Преимущества:**

- Развивает гибкость и улучшает координацию движений.
- Стимулирует работу легких и сердца.
- Рекомендуется детям со сколиозом, остеохондрозом, с заболеваниями обмена веществ.
- Повышает работоспособность и выносливость у ребенка.

**Не рекомендуется:**

- При астме и близорукости.
- При заболеваниях легких.
- Фигурное катание чревато переломами и разрывами связок.



- ❑ «Здоровье через спорт»;
- ❑ «Малыш и спорт»;
- ❑ «Роль спорта в развитии ребенка»;
- ❑ «Лечимся спортом»;
- ❑ «Совместные занятия

# ЗАНЯТИЕ СПОРТОМ ДОМА

