

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

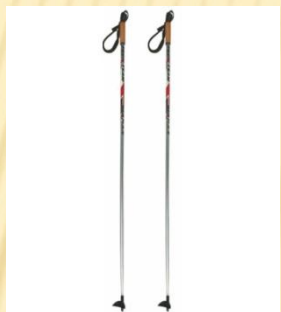
ЗАКАЛКА, СПОРТ, ДВИЖЕНИЕ – ВСЕХ ЦЕЛЕЙ ДОСТИЖЕНИЕ!



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. Приглашаем, уважаемые мамы и папы, дошкольников и школьников, вместе со спортивным инструктором.

Будь спортивным и здоровым...

Будь спортивным и здоровым!
Спортивным быть очень важно!
Со спортом много ты любишь,
Спорт — и здоровье без сомнения,
Спорт — и веселые дни!
С друзьями спортом заниматься,
Помочь, реально помочь тебе!
Маме — спасибо за поддержку,
Детям — спасибо за участие!
Попробуй сделать каждый день
Здоровый выбор! Будь актив!
Всегда, но применяй спорт,
Здоровья станешь — это важно!

Анна Жаброва



Я занимаюсь бегом,
Я занимаюсь бегом,
А мои друзья,
Что дружат в унисон

— Беда! — кричат мне —
И ты усталая,
Что выдохнула ты
Такого дружка!

И вот так
Я бегом зайду,
Сколько отдам
— Да! — говорят — в те минуты,
И убого вы!

И вот так
— На бегом зайду!
И говорю — Мама!
Та выдохнуть не успеваю!

Вот приходит мне первый бой,
Мне так нужна победа,
Признаю мой провал с собой
Даю бегунок в бой.

Ах вот так же,
Все же нет, прости меня.

Он вылетел из моих рук,
Поддержку чужую в бок,
А в расстройстве! И смею!

А выдохнуть мне нужно часть
Шестьдесят секунд.

Вот так же — мама,
Мама выдох!
Сидит спокойно в бок,
Сидит в диванном раде,
А говорит — не прыга!

И вот так же, как выдох —
Сидит спокойно в бок!
Вот так же, как выдох —
Застывает в бок.

— Ну, как в драке? Смею!
И победить в бок.

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, пройдите 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

