



ПРОЕКТ НАША СПОРТИВНАЯ СЕМЬЯ

Лилия Венгерская

Детский сад №100



Актуальность проекта:
Великая ценность каждого человека – здоровье.
Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. Каждый хочет быть сильным, крепким и, безусловно, здоровым, поэтому сохранение и укрепление здоровья на сегодняшний день является одной из самых важных задач!

Цель проекта а:
Повысить интерес у родителей и
детей к совместным занятиям
физкультурой и спортом.



Задачи проекта:

- создавать условия для развития творческих и физических способностей;
- формировать познавательную мотивацию для занятий спортом;
- повышать двигательную активность, с целью сохранения собственного здоровья;
- Воспитывать целеустремленность, организованность, инициативность.



Давайте знакомиться, меня
зовут Лиля Венгерская.
Спорт имеет для меня
большое значение, потому как
уже два года я не представляю
свою жизнь без
художественной гимнастики.



Художественная гимнастика — один из самых изящных видов спорта, заключающийся в выполнении под музыку различных гимнастических и танцевальных упражнений и элементов без предмета, а также с предметом (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента).



Моим кумиром в данном виде спорта стала Дина Аверина.
Российская художественная гимнастка. Серебряный призер Олимпиады (2020).
Тринадцатикратная чемпионка мира, трехкратная абсолютная чемпионка
мира, чемпионка Европейских игр, шестикратная чемпионка Европы.
Заслуженный мастер спорта России.

А так же Арина Аверина. Российская художественная гимнастка, член сборной команды
России, Заслуженный мастер спорта, пятикратная чемпионка мира, девятикратная чемпионка
Европы, в том числе двукратная абсолютная чемпионка Европы, трёхкратная абсолютная
чемпионка России.



МОИ ТРЕНЕРЫ



Ольга Сергеевна - мастер спорта
по спортивной гимнастике.
Преподает акробатику.



Марина Дмитриевна - мастер спорта
по художественной гимнастике.
Преподает предметную подготовку и растяжку.

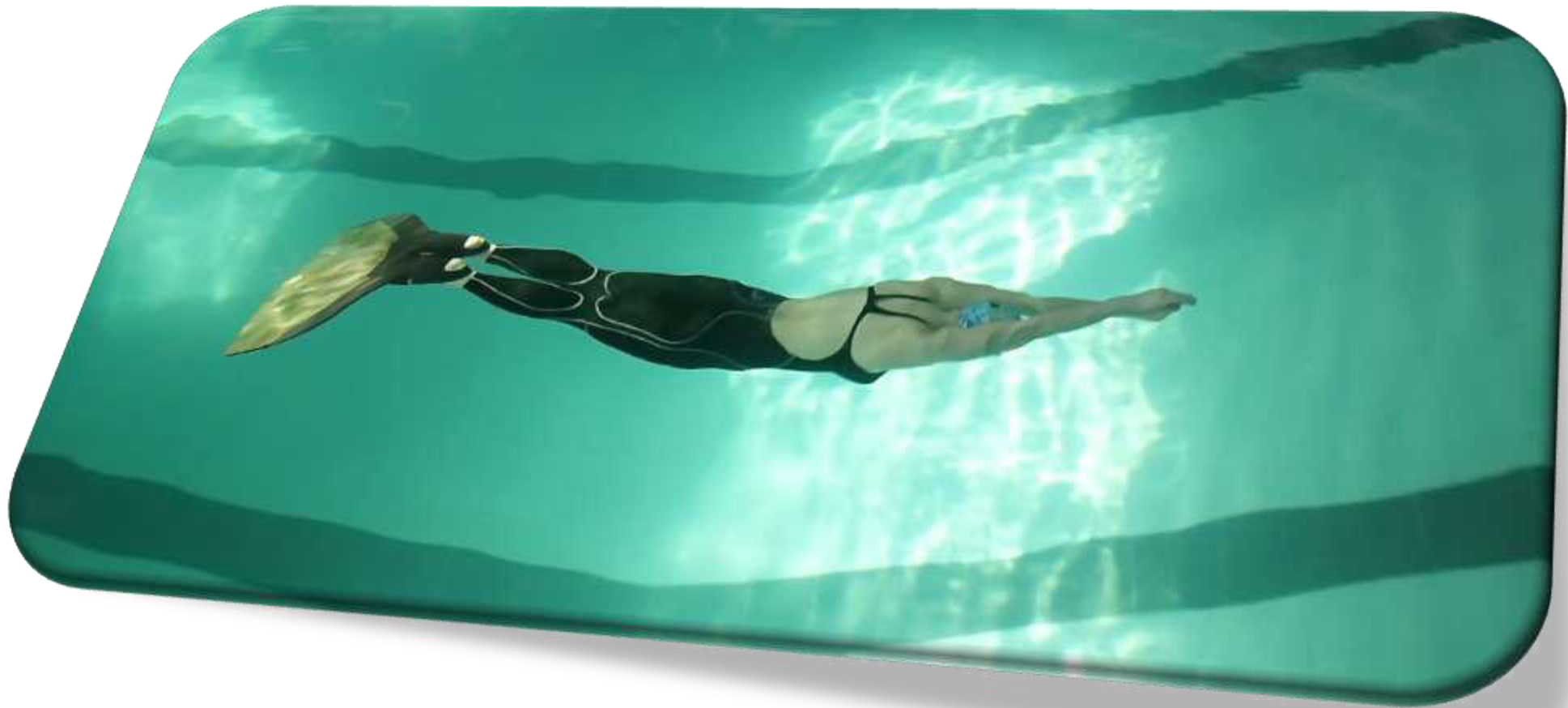
МОИ СОРЕВНОВАНИЯ



Мама стала для меня примером, так как в детстве она была профессиональной спортсменкой.

Её любимый вид спорта – подводное плавание, она занималась им шесть лет.

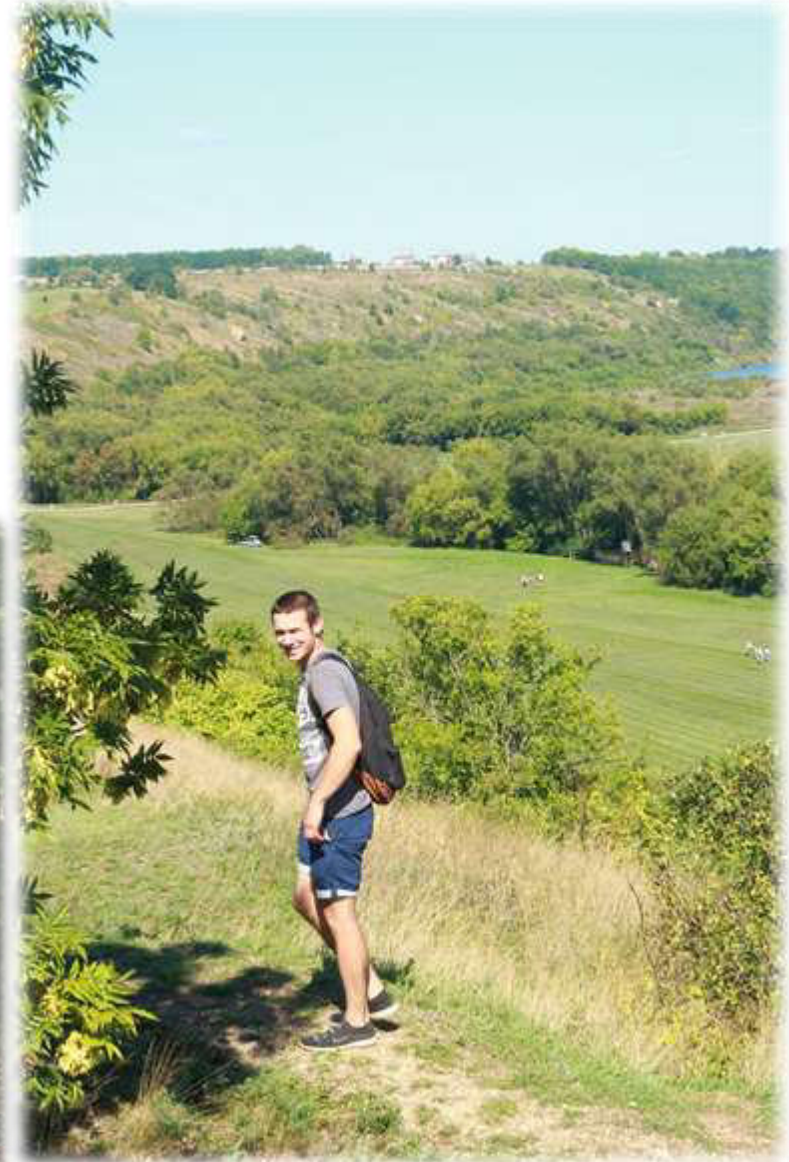
Участвовала в разных соревнованиях, часто занимала призовые места и имеет много медалей и дипломов.



Я люблю заниматься растяжкой, а с мамой это еще и весело



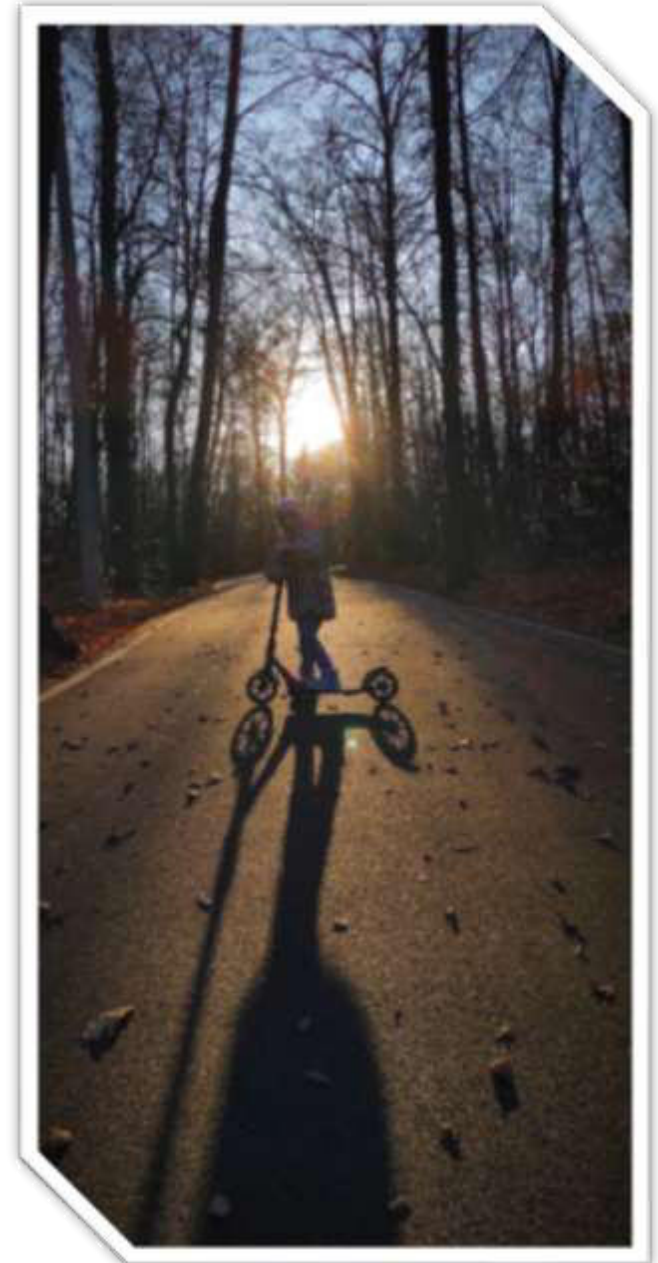
Мой папа увлекается спортивным ориентированием



Поэтому мы часто ездим в интересные места и совершаем пешие прогулки по эко-тропам



Ещё мы очень любим кататься на велосипеде и самокате



Спорт способствует развитию всего организма, укрепляет характер, силу воли, формирует дисциплину и поднимает настроение, дает возможность увидеть много интересного, помогает обрести друзей и скрепить семью.

