

A decorative vertical column on the left side of the slide, composed of two parallel rows of colorful blocks. The blocks are in shades of yellow, red, blue, and purple, stacked in a slightly offset manner. The background is a textured blue with horizontal brushstrokes.

Частное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад №100 ОАО
«РЖД»

Семейный проект
**«МОЯ СПОРТИВНАЯ
СЕМЬЯ»**

Подготовила: семья Вики Муравлёвой
(подготовительная группа 1)

Цель проекта: показать, как в нашей семье соблюдается здоровый образ жизни.

Задачи:

- **выяснить, какие виды спорта являются полезными для семьи;**
- **показать отношение членов нашей семьи к спорту.**



family



Давно девиз известен, что важен и полезен любой из видов спорта и в возрасте любом.

И даже в непогоду, в любое время года, мы с радостью приходим всегда на стадион.

Полезны тренировки для силы и сноровки. И нам без физкультуры никак не обойтись.





Что может быть интереснее, чем прокатиться с папой на классном велосипеде!



Моя сестра Катя и я занимаемся в танцевальном ансамбле «Ровесник». У Кати есть много наград, я тоже мечтаю стать такой же спортивной как она.



**Спорт зимой – это одновременно
и веселье, и необходимая для
организма физическая нагрузка.**



**Лето — время путешествий! Мы всей
семьей отправляемся на море,
чтобы плавать и принимать
солнечные ванны.**



А плавать нам очень нравится! Это
очень укрепляет мышцы. И для этого не
обязательно уезжать далеко, ведь
подойдёт и бассейн, а особенно, речка.





Для здоровья полезно даже просто прогуляться. Рядом с нашим домом есть лес, воздух в нем особенный, самый-самый чистый.

Дома нам тоже не сидится. Всей семьёй мы играем не только в настольные или компьютерные, но и в подвижные игры, которые сами и придумываем.





**Наш папа очень
сильный. Как поётся
в одной песне:
«Ехать замечательно
на плечах на
папиных»!**



В нашем детском саду проводится много спортивных мероприятий для детей и родителей. Например, это мы с папой на игре «Зарница», где было много соревнований на тему Дня защитника Отечества.





Вот ещё одна
спортивно-
развлекательная
игра «Джунгли
зовут!». Наша
семья была
участником
команды
«травоядные».





Мы с семьёй считаем, что спорт – это самая важная часть
здорового образа жизни. Он помогает нам оставаться
сильными, выносливыми, объединяет семью и поднимает
настроение.

*«Мама, папа, я, сестра –
Мы спортивная семья:
Бег, ходьба, прыжки, метанье
Это ли не состязанье?
Надо быть спортивным,
Ловким, смелым, сильным!
Тот, кто спортом увлечён,
Тому болезни – нипочём!»*

