

# **„NE JUCĂM, NE MIȘCĂM ȘI CE BINE NE DISTRĂM”**

## **PROIECT EDUCAȚIONAL LA NIVELUL UNITĂȚII**

Prof.înv.preșcolar - Ranga Gabriela,Grădinița cu PP Lumea Copiilor  
Prof.înv.preșcolar- Simon Maria, Grădinița cu PP Lumea Copiilor

Motto: „ *Conștiința de sine a plecat de la conștiința mișcării, înainte de a gândi logic, ne-am mișcat instinctual. Mișcarea stă la originea tuturor fenomenelor. Devenirea, adică viața, adică infinitul înseamnă mișcare*”.*J.Piaget*

Argumentul proiectului „Ne jucăm ,ne mișcăm și ce bine ne distrăm”, este o premisa proiectului educațional propus în cadrul Programului național pentru educație fizică și sport *Kalokagathia*. Activitatea de educație fizică contribuie la menținerea și întărirea sănătății, creșterea capacității fizice și intelectuale, dezvoltarea armonioasă fizică și morală a copiilor, la formarea în rândurile acestora a unor deprinderi sănătoase de muncă și viață.Sănătatea, dezvoltarea fizică armonioasă constituie premise importante ale calităților, capacităților și trăsăturilor de caracter ale copiilor. Influențarea favorabilă a stării de sănătate, sporirea capacității de efort a organismului prin exersarea funcțiilor vitale și de adaptare la mediul înconjurător, precum și formarea deprinderilor de igienă individuală și colectivă, constituie motivele fundamentale ale societății și valorii educației fizice.

Parte integrantă a educației fizice, dansul cuprinde mișcări ce reflectă afectivitate, sensibilitate, grație și eleganță, expresivitate și voiciune, sincronizarea ritmului mișcărilor cu muzica fiind mijlocul de baza al dezvoltării educației fizice și estetice.

Dansul este una dintre cele mai distractive forme de activitate fizică pe care le poate face copilul. El folosește constant și echilibrat toate grupele de mușchi și ajută la tonifierea musculaturii și la o creștere și modelare armonioasă a corpului copilului. Unele forme de dans oferă și o gratiozitate în mișcările copilului. Dansul , ca formă de exprimare și de comunicare artistică este un tip de activitate care dobândește o tot mai mare eficiență în munca cu preșcolarii. Copiii iubesc mișcarea, muzica, iar elementul emoțional implicat în acest gen de activități oferă mișcării atractivitate și motivație, mobilizează forțele copilului și-i produce bucurie, mulțumire.

Dansul contribuie la îmbunătățirea motricității datorită mării varietăți a mișcărilor, repetate în condiții variate, influențează asupra unor calități motrice, cu precădere asupra îndemnării și rezistenței generale. Dansul reprezintă pentru preșcolar o formă excelentă de activitate, capabilă să favorizeze fortificarea organismului, organizarea în mod plăcut și util. . Toate acestea se realizează prin jocurile de mișcare, distractive prin concursurile pe care le desfășurăm atât în sala de grupă cât și în aer liber făcând parte din universul minunat al

copilăriei. Copiii trebuie pregătiți pentru o societate dinamică, în continuă evoluție, cu o gândire creativă, sănătoasă de a alege cele mai bune soluții în viață.

Studiile în domeniu au dovedit că prin practicarea diferitelor activități sportive se favorizează capacitățile de comunicare și creativitate, se reduce agresivitatea și inhibiția și astfel se ajunge la îmbunătățirea premiselor unor activități complexe, constructive, socializante. Programul național de stimulare a interesului pentru educație fizică și sport "Kalokagathia" a avut un impact deosebit în grădinița noastră. Copiii și părinții au fost încantați de activitățile desfășurate în anul școlar precedent și de aceea am hotărât să continuăm derularea acestui proiect educațional și în acest an școlar urmărind stimularea corespunzătoare a posibilităților de dezvoltare fizică armonioasă.

Stimularea practicării activității fizice este un obiectiv prioritar, succesul atingerii sale este o garanție pentru sănătatea viitoare. Dimensiunea educației fizice devine componentă a calității vieții unei comunități, componenta legată de sănătate și de capacitatea de recuperare și rezistența la conflictele de rol și de stres. Practicarea mișcării și a exercițiului fizic îl face pe copil să-și însușească un stil de viață favorabil, înțelegând importanța unei activități fizice în cursul vieții.

Sportul, exercițiul fizic, dansul, drumețiile, plimbările, îi ajută pe copii în dezvoltarea psihică și la stabilizarea sa, constituind o bază destinată să rămână toată viața, ca o apărare contra bolilor civilizației noastre, dintre care în prim plan se situează lipsa de mișcare și stresul.

Proiectul propus vine să susțină plăcerea de mișcare și interesul pentru sport, prin activitățile specifice care vor fi organizate și desfășurate în funcție de particularitățile de vârstă și individuale ale copiilor.

Scopul acestui proiect a constat în stimularea interesului pentru dans și mișcare, ca modalitate de menținere a stării de sănătate și de influențare a unei evoluții corecte și armonioase a organismului. Stimularea preșcolărilor pentru a desfășura activități de mișcare și sport pe măsura propriilor posibilități fizice. Însușirea unor norme de comportament care promovează strategii pozitive de depășire a conflictelor și dezvoltarea respectului de sine.

Dezvoltare armonioasă a copiilor, stimularea imaginației și creativității, încurajarea copiilor pentru exprimarea stărilor sufletești proprii prin mișcare și motivarea lor. Proiectarea și desfășurarea unor activități de stimulare a interesului pentru educația fizică și sport. Formarea unei conduite favorabile și a unui stil de viață sănătos, mental și fizic prin derularea activităților cu specific sportiv.

Desfășurarea unor activități sportive care să contribuie la dezvoltarea fizică armonioasă

și simularea interesului pentru sport și mișcare, ca modalitate de menținere a stării de sănătate și de influențare a unei evoluții corecte și armonioase a organismului.

Adaptarea strategiilor și a mediului pentru a răspunde nevoilor de mișcare a copiilor ,respectarea alegerilor și scopurilor pe care le au părinții față de copiii lor.Întreținerea unei comunicări eficiente cu părinții cu referire la curriculum și evoluția copiilor;

Fiecare activitate desfășurată în cadrul acestui proiect are ca efect creșterea calității sănătății și stimularea practicării sportului.

Activitățile s-au desfășurat pe parcursul a șase luni, având următoarele teme:

Alergăm ,ne distrăm, lucruri multe învățăm; Să dansăm cu Moș Crăciun !; Dansul fulgilor !; Jocuri de iarnă!; Fac mișcare, ca să cresc voinic și mare !; Ne mișcăm și dansăm!

Evaluarea proiectului s-a realizat printr-un album foto care ilustrează aspecte din activitățile derulate la nivel de unitate.