

СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ  
ПРАЗДНИК  
«ДЕНЬ БЕГУНА 2023»

Подготовительная группа № 10

Воспитатель Шарафиева Е.Е.

# Цель

Формирование устойчивых навыков здорового образа жизни у детей дошкольного возраста









Активный здоровый образ жизни является неотъемлемой частью жизни любого современного человека. Спорт и здоровый образ жизни неразрывно связаны друг с другом. Это подтверждает поговорка «В здоровом теле - здоровый дух».

Дошкольный возраст является решающим в формировании фундамента физического и психического здоровья. Именно в этот период идет интенсивное развитие органов и становление функциональных систем организма, закладываются основные черты личности, отношение к себе и окружающим.

Важно на этом этапе сформировать у детей базу знаний и практических навыков здорового образа жизни, осознанную потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом.

У детей повысился интерес к спортивным играм, физическим упражнениям и спорту.

С помощью спортивных праздников дети получают знания о здоровом образе жизни.