

Государственное бюджетное дошкольное образовательное  
учреждение детский сад № 91 Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ГБДОУ детский сад № 91 Красносельского района Санкт-Петербурга)

## **«Будь Здоров!»**

**Старшая группа № 7 «Солнышко»**

Подготовила воспитатель:  
Кайтан Э.П.

- **Актуальность проекта:**

Дошкольный возраст самый благоприятный для укрепления здоровья и воспитания привычек здорового образа жизни. Именно поэтому в дошкольном учреждении любая деятельность (игровая, спортивная, досуговая и т. д.) должна носить оздоровительно-педагогическую направленность и способствовать воспитанию у детей привычек, а затем и потребностей к здоровому образу жизни.

**Цель проекта:** Сформировать привычку к здоровому образу жизни.

### **Задачи проекта:**

- Дать знания об основах безопасности жизнедеятельности;
- Научить элементарным приемам сохранения здоровья.
- Формировать положительное отношение к здоровому образу жизни у детей дошкольного возраста;
- Развивать потребность в выполнении специальных профилактических упражнений и игр на занятиях и в повседневной жизни.

- Чтение художественной литературы о спорте



- Психогимнастика



- Дыхательная гимнастика



- Гимнастика для глаз



- Сюжетно-ролевая игра «Магазин полезных продуктов»



- Дидактическая игра «Полезные и вредные продукты»



- Продуктивная деятельность. Выставка совместных работ детей и родителей «Нарисуй любимый вид спорта».



- **Итог проекта:** У детей значительно повысился интерес и желание заниматься гимнастикой и физкультурой, принимать участие в оздоровительных процедурах, закрепились знания о значимости здорового образа жизни. Расширились представления о разных видах спорта.

Спасибо за внимание!