**Фотоотчет совместного мероприятия**

**«День ходьбы»**

Цель мероприятия - популяризация такого спорта как **ходьба. Ходьба** является наиболее безопасным и менее травмоопасным видом спорта, а также наиболее естественным для человека, при этом весьма полезным. **Ходьба** благотворно влияет на работу сердечной мышцы, идеально подходит для поддержания хорошего физического состояния организма и здоровья. Основное преимущество что данным видом спорта можно заниматься практически в любом возрасте и для этого не нужно иметь каких либо спортивных снарядов.

Предварительная работа:

Накануне мероприятия воспитанники посмотрели презентацию о Всероссийском дне ходьбы. Познакомились с пользой ходьбы и ее влиянием на человека. Узнали, что ходьба благоприятно действует на зрение, поднимает настроение, улучшает осанку, работу сердца, укрепляет мышцы и суставы.

В мероприятии пригласили принять участие родителей и детей подготовительной группы д/с «Италмас». Был заранее разработан пеший маршрут – 5 км по пересеченной местности лесопарковой зоны.

Подготовлены награды и призы, перекус для пикника.

Ход мероприятия:

Сбор детей и их родителей происходил в субботнее утро в парке им.Ленина.



Всем участникам мероприятия раздали одинаковые галстуки и карты маршрута с сигнальными точками.

После сбора все отправились путь.





Весь маршрут занял примерно 40 минут; дорога была ни самой легкой: на пути нам встретились бревна, грязь и овраги, но это никого не испугало и вся команда стойко преодолела все препятствия, за что заслужила награду.



За проявленную стойкость, выносливость и терпение на финише все ребята получили медали и сладкие призы.



А закончилось наше мероприятие пикником.



Ребятам надолго запомнился этот день и где они получили кучу положительных эмоций.

Материал подготовили Сомова А.Ю. и Пысларь Е.В.