

В подготовительной группе «Ягодка» состоялся большой праздник движения «День спорта и фитнеса», который для ребят подготовили воспитатель Акопян А.Д. и инструктор по физическому воспитанию Кулькова С.Н. Это было не просто занятие, а настоящее путешествие в мир фитнеса!

Ребята не просто выполняли упражнения, а участвовали в фитнес-квесте, где на каждом этапе их ждали испытания на ловкость, быстроту реакции и координацию движений. Эстафеты, полоса препятствий и весёлые командные игры – день был наполнен движением, азартом и здоровой конкуренцией!

Главная цель была достигнута: педагоги показали детям, что спорт – это не только полезно для здоровья, но и очень весело. Такие занятия формируют у ребят ответственное отношение к своему здоровью и закладывают фундамент любви к активному образу жизни на долгие годы.

Такие события помогают детям понять, как важно заботиться о себе, и формируют у них устойчивый интерес к здоровому образу жизни. День получился очень насыщенным, полезным и, конечно же, весёлым!

[Фото](#)