

ПЛАН

реализации муниципального проекта «Первый шаг в фитнес - класс»
в МБДОУ «Детский сад № 143» г. Чебоксары на 2022-2023 уч. год.

Месяц	Форма организации работы			
	с детьми	с педагогами	с родителями	с социумом
Сентябрь	Разучивание комплекса на степ – платформах.	Презентация для педагогов - «Что такое Фитнес».	Консультация «Чем полезен фитнес для детского организма»	Участие в массовых физкультурно-оздоровительных мероприятиях города.
Октябрь	Зарядка с элементами фитнес – аэробики.	Физкультурное занятие для воспитателей о пользе фитнеса.	Презентация для родителей - «Что такое Фитнес»	Участие в фестивале детского спорта по фитнес – аэробике «Юные надежды»
Ноябрь	Разучивание комплекса на фитболах.	Организация фитнес - тренировок «День фитнеса».	Мастер – класс по фитнес –аэробике.	
Декабрь	Разучивание комплекса с элементами игрового стрейтчинга.	Мастер –класс «Упражнения игрового стрейтчинга».	Разучивание комплекса игрового стретчинга.	
Январь	Изучение базовых шагов и танцевальных элементов.	Мастер – класс «Занимаемся степ –аэробикой»	Мастер – класс по степ –аэробике.	Размещение на сайте ДОУ информации по реализации муниципального проекта.
Февраль	Показательные выступления детей на спортивном празднике (23 февраля).	Изучение базовых шагов по фитнес аэробике.	Консультация «Организация фитнес-тренировок для детей дома»	
Март	Флешмоб, посвященный международному женскому дню.	Мастер-класс «Укрепляем воротниковую зону спины спомощью аэробики»	Разработка памяток и рекомендаций для родителей по фитнес-аэробике.	
Апрель	Подготовка команды к фестивалю «Фитнес вместе с мамой».	Подготовка команды к фестивалю «Фитнес вместе с мамой».	Подготовка команды к фестивалю «Фитнес вместе с мамой».	
Май	Выступление на городском фестивале «Фитнес вместе с мамой».	Обобщение опыта работы по внедрению фитнес-технологий в ДОУ.	Выступление на городском фестивале «Фитнес вместе с мамой».	Участие в городском фестивале «Фитнес вместе с мамой».

