

**ПЛАН**  
**реализации муниципального проекта «Первый шаг в фитнес - класс»**  
**в МБДОУ «Детский сад № 143» г. Чебоксары на 2021-2022 уч. Год**

Месяц	Форма организации работы			
	с детьми	с педагогами	с родителями	с социумом
Сентябрь	Зарядка с элементами фитнес – аэробики на свежем воздухе.	Презентация для педагогов - «Что такое Фитнес».	Консультация «Чем полезен фитнес для детского организма»	Участие в массовых физкультурно-оздоровительных мероприятиях города.
Октябрь	Изучение базовых шагов и танцевальных элементов. Работа над техникой выполнения.	Физкультурное занятие для воспитателей о пользе фитнеса.	Презентация для родителей - «Что такое Фитнес»	
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	Разучивание комплекса на степ – платформах.	Мастер – класс «Занимаемся степ –аэробикой»	Мастер – класс постеп – аэробике.	Размещение на сайте ДОУ информации по реализации муниципального проекта.
Февраль	Показательные выступления детей на спортивном празднике (23 февраля)		Консультация «Организация фитнес-тренировок для детей дома»	
Март	Флеш-моб, посвященный международному женскому дню.	Мастер-класс «Укрепляем воротниковую зону спины с помощью аэробики»	Разработка памяток и рекомендации для родителей по фитнес-аэробике.	
Апрель	Продолжить изучение базовых шагов и танцевальных элементов. Работа над техникой выполнения.	Подготовка педагогов в фестивале «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».	Фестиваль «Фитнес вместе с мамой».