

## ПЛАН

**реализации муниципального проекта «Первый шаг в фитнес - классе»  
в МБДОУ «Детский сад № 143» г. Чебоксары на 2023-2024 уч. год.**

Месяц	Форма организации работы			
	с детьми	с педагогами	с родителями	с социумом
<b>Сентябрь</b>	Зарядка с элементами фитнес – аэробики.	Презентация для педагогов - «Что такое Фитнес».	Семинар - практикум с родителями: "Здоровьесбережение в детском саду и дома".	Участие в массовых физкультурно-оздоровительных мероприятиях города.
<b>Октябрь</b>	Изучение базовых шагов по степ аэробики.	Физкультурное занятие для воспитателей о пользе фитнеса.	Консультация «Чем полезен фитнес для детского организма»	
<b>Ноябрь</b>	Разучивание комплекса на фитболах.	Консультация: "Возможности использования фитбол-мяча в развивающей педагогике оздоровления".	Семинар – практикум: «Детский фитнес для сбережения здоровья дошкольников».	
<b>Декабрь</b>	Флешмоб «Новый год в кроссовках».	Мастер класс: «Игрового стретчинг для детей дошкольного возраста»	Консультация: "Игровой стретчинг"	
<b>Январь</b>	Изучение базовых шагов по аэробики.	Мастер – класс «Занимаемся степ –аэробикой»	Мастер – класс по степ – аэробики.	Размещение на сайте ДОУ информации по реализации муниципального проекта.
<b>Февраль</b>	Разучивание базовых упражнений по пилатесу.	Изучение базовых шагов по аэробики.	Консультация «Организация фитнес-тренировок для детей дома»	
<b>Март</b>	Разучивание комплекса с элементами игрового стрейтчинга.	Мастер-класс: "Детский пилатес-здоровьесберегающая технология"	Памятка: «Наш друг — фитбол»	

<b>Апрель</b>	Подготовка команды к фестивалю «Фитнес вместе с мамой».	Подготовка команды к фестивалю «Фитнес вместе с мамой».	Подготовка команды к фестивалю «Фитнес вместе с мамой».	
<b>Май</b>	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».