

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №17» города Чебоксары Чувашской Республики

ПЛАН
реализации муниципального проекта
«Первый шаг в фитнес класс»
на 2024-2025 учебный год



Чебоксары, 2024

План реализации муниципального проекта
«Первый шаг-в фитнес класс!»
на 2024-2025 учебный год

	Форма организации работы			
	С детьми	С педагогами	С родителями	С социумом
Сентябрь	Спортивный танец с платочками «Околица»	Консультация «Организация перед занятием: растяжка и разминка»	Консультация «Что такое фитнес и аэробика»	Фитнес центр «Модус»: мастер-класс с фитболами
Октябрь	Разучивание движений флэшмоба «Ко Дню российского флага»	Флэшмоб «День Российского флага»	Консультация «Зарядка – первый шаг к спорту»	Фитнес-центр ДК Ровесник
Ноябрь	Разучивание движений к флешмобу «В единстве сила»	Практическое занятие. Основные шаги в степ-аэробике	Консультация «Формирование навыков правильной осанки и развитие физических качеств у детей средствами фитнеса и аэробики	Фитнес-зал БУ "СШОР №5 Имени В.Н. Кочкова"
Декабрь	День здоровья с Элементами фитнес технологии	Мастер-класс «Гимнастика на фитболах».	Открытый Просмотр занятий по степ-аэробике	БУ "СШОР №5 Имени В.Н. Кочкова". Экскурсия на занятия по фитнесу.
Январь	Участие в фестивале «Танцы без границ»	Отчетный концерт	Помощь в подготовке к фестивалю «Танцы без границ»	ДОУ 201, 22, 7, 17
Февраль	Мастер-класс по степ-аэробике с детьми	фитнес-разминка, упражнения на координацию и точность движений	Фитнес-разминка-умение сочетать движения с музыкой и словом.	«Зимние забавы». МБДОУ "Детский сад 17"
Март	Участие в городском фестивале «Перспектива детства». Танец на степе «Клоуны»	Консультация «Организация фитнес-аэробики под музыку»	Фитнес-разминка-умение сочетать движения с музыкой и словом.	Фитнес-центр ДК «Ровесник»
Апрель	Разучивание движений танца «Барбарики»	Совместный танец с педагогами «Барбарики»	Практические занятия по подготовке к фестивалю «Фитнес вместе с мамой»	БУ "СШОР №5 имени В.Н. Кочкова".

Май	Упражнения на равновесие, быстроту движения	Совершенствование координации движения и чувства равновесия	Практическое занятие	ДК «Ровесник». Мастер-класс с тренером по фитнесу
Июнь	Освоение упражнений общего воздействия: сила, быстрота, ловкость	Упражнения в устойчивом ритме (под музыку) с движениями руками, туловищем, ногами;	Совершенствование координации движений и чувства равновесия;	МБДОУ "Детский сад 17"
Июль	Разминка и игра «Самый ловкий» под музыку	Освоение новых движений, чувство ритма.	Мастер-классы от семейных команд «Здоровая семья».	Стадион «Волга»
Август	Флэшмоб «Любимые Чебоксары»	Совершенствование новых танцевальных движений.	«В здоровом теле – здоровый дух»	СОШ №7. Мини-баттл по фитнесу.