

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение «Детский сад № 136» города
Чебоксары Чувашской Республики

Отчет по реализации проекта
«Первые шаги
в фитнес класс!»

2018-2019 учебный год

Цель проекта:

Популяризация и развитие фитнес-аэробики и идей здорового образа жизни среди дошкольных образовательных учреждений города Чебоксары.

Задачи проекта:

- ❖ вызывать у детей интерес к активным занятиям доступными видами фитнес-аэробики;
- ❖ улучшать состояние здоровья и физических качеств детей при помощи занятий фитнесом;
- ❖ пропаганда здорового образа жизни среди детей и взрослых;
- ❖ обобщать и распространять позитивный опыт деятельности по внедрению фитнес-технологий;
- ❖ объединять усилия общественных и иных организаций, направленных на пропаганду и внедрение в общеобразовательный процесс общедоступных массовых физкультурно-оздоровительных фитнес-программ.

План реализации проекта:

Месяц	с детьми	с педагогами	с родителями
сентябрь	«Что такое фитнес –аэробика». Занятие с приглашением родителей	Презентация «Что такое «Фитнес - аэробика?»	Презентация «Что такое Фитнес - аэробика?»
октябрь	Зарядка с элементами аэробики на свежем воздухе.	Изготовление брошюр для родителей о пользе фитнеса для детей и взрослых.	Час фитнеса по классической аэробике с детьми и родителями.
ноябрь	Занятие на ковриках	Час фитнеса по классической аэробике»	Мастер-класс «Фитнес – аэробика»
декабрь	Занятия на степах «Степ-аэробика не просто мода»	Совместное развлечение «Спортивный новый год»	Фитнес-тренер проводит мастер класс «Детский фитнес»
январь	Занятие на фитболах	Презентация «Фитбол - аэробика?»	Консультация «Фитбол аэробика не просто мода»
февраль	выступления детей на развлечениях, посвященных 23 февраля.	Час фитнеса по фитбол-гимнастике	Мастер-класс «фитбол-гимнастике»
март	Фестиваль спортивных танцев с привлечением детских садов	Весёлая фитнес-зарядка	«Фитнес с мамой». Музыкально-спортивное развлечение для детей старших и подготовительных групп.
апрель	Занятия на фитболах «Волшебный мяч»	Презентация «Использование оздоровительной фитбол-гимнастики в ДОУ»	Консультация «Фитбол - аэробика не просто мода»
май	Выступление команды ДОУ по фитнес – аэробике «Фитнес с мамами»	Час фитнеса по Фитбол – гимнастике	Выступление команды ДОУ по фитнес – аэробике «Фитнес с мамами»

Утренняя гимнастика с элементами аэробики:



Изучение базовых шагов фитнес-аэробики:



Элементы фитнес – аэробики на свежем воздухе:



Консультация для педагогов «Использование фитнес технологий в ДОУ»



Мастер-класс для педагогов «Гимнастика с элементами аэробики»



Консультация для родителей «Детский фитнес» :



Городской фестиваль «Фитнес вместе с мамой»:



«Папа, мама, я – спортивная семья!»:»:



A close-up, slightly blurred photograph of a person's hand holding a pen and writing on a document. The document has a grid pattern. The text 'Спасибо за внимание!' is overlaid in the center in a bold, dark blue font. The background is a light, neutral color.

Спасибо за внимание!