

### **Мастер-класс «Детский фитнес».**

Мастер-класс подготовила и провела хореограф, руководитель танцевального кружка Пайль Виктория Александровна, мама ученика 4 класса Пайль Тимофея.

Целью данного мероприятия было ознакомление родителей с одним из способов здоровьесбережения детей – детский фитнес.

В теоретической части была раскрыта актуальность темы, основные задачи, формы и виды упражнений.

Практическая часть мастер-класса проходила в спортивном зале школы. Участники познакомились с фитнес разминкой, освоили базовые шаги фитнес-аэробики, узнали различные виды упражнений с использованием логоритмики и фитбол-гимнастики.

Самое главное – фитнесом занимались вместе, дети и взрослые. Участники мастер-класса весело и с пользой провели время, получили положительный эмоциональный заряд, повысили мышечный тонус, приобрели опыт по профилактике здорового образа жизни, функциональному совершенствованию органов дыхания, кровообращения, сердечно-сосудистой и нервной системы организма.

### **Мастер-класс «Оберег Домовёнок»**



Мастер-класс провела Дизер Надежда Александровна, бабушка учащегося 6 класса Маркеева Степана. С помощью творческих родителей у детей повысился интерес к истокам прикладного творчества, основанного на народных традициях.

В каждую куклу - оберег дети старались вложить частичку своей души. Спасибо огромное участникам мероприятия. Такие творческие минутки ценны и важны для детей!