6.02.2024г. состоялся мастер-класс, организованный муниципальным методическим объединением инструкторов по физической культуре дошкольных образовательных организаций г. Новосибирска. Высокопрофессиональным и ярким стало выступление Плаксиной Ольги Анатольевны, преподавателя Академии Фитнеса, Бодибилдинга и Спорта, тренера первой категории, сертифицированного инструктора по Pilates, классической, силовой и step-аэробике, автора образовательных программ для детей от 1 до 6 лет на базе детского фитнес-клуба «Счастливый фитнес». Большое внимание было уделено организационным моментам, технике безопасности, основам биомеханики и физиологии, методическим походам при организации занятий фитнесом для детей дошкольного возраста. Практическая часть была посвящена освоению базовых движений на степ-платформах, образовательной составляющей занятий, терминологии и жестового общения с детьми.

Мастер-класс вызвал большую заинтересованность участников. Итогом стала договоренность о совместной разработке программы открытого дистанционного городского Фестиваля «Лучшая фитнес-команда дошколят - 2024» и продолжении сотрудничества с Академией Фитнеса, Бодибилдинга и Спорта.