**Слайд 1.**

**«Вовлечение детей в занятия физкультурой и спортом посредством тренировочного процесса в учреждении дополнительного образования»**

*Микина Л.В. тренер- преподаватель*

*МКОУ ДО СШ пгт Пижанка*

**Слайд2**.

В соответствии с Концепцией развития детско- юношеского спорта в Российской Федерации до 2030 года и плана мероприятий по её реализации от 28.12.2021 №3894-р (в ред. от 15.02.2025)

«Детско-юношеский спорт является одним из ключевых элементов системы физической культуры и спорта в Российской Федерации, обеспечивающим вовлечение детей в систематические занятия спортом, их физическое развитие, воспитание и подготовку, формирование и укрепление их здоровья, патриотическое воспитание и формирование их гражданской идентичности».

В последние годы большое внимание со стороны государства уделяется развитию детского - юношеского спорта и созданию необходимых условий доступности занятий физкультурой и спортом в любой точке нашей страны.

Вместе с тем существует проблема - это вовлечение детей в регулярные занятия физической культурой и спортом. Все мы хотим, чтобы наши дети росли здоровыми, сильными, закаленными. Занятие физическими упражнениями, тренировки юных спортсменов, создают исключительные условия для нравственного воспитания.

Как привлечь детей в лыжный спорт?

**Слайд 3**.

Большую роль в вовлечении в лыжный спорт играет материально- техническое обеспечение данного вида спорта. Чем располагает наша спортивная школа? Создана своими силами частично освещённая лыжная трасса протяжённостью 2.700м, лыжероллерная дорожка протяжённостью 600м., лыжная база оснащена инвентарём для тренировочного и соревновательного процессов, лыжероллеры для летней подготовки, крытая тренажёрная площадка.

**Слайд 4.**

Как заинтересовать детей, увлечь, зажечь в них желание прийти в секцию «Лыжные гонки»? С таким вопросом сталкивается большинство тренеров в начале учебного года, а именно в сентябре.

Ежегодно провожу работу по набору детей в группы начальной подготовки. Выступаю на классных часах в начальной школе, в тесном контакте взаимодействую с классными руководителями и учителями физкультуры, родителями обучающихся, средствами массовой информации.

Данная работа позволяет ежегодно формировать новые группы из числа обучающихся начальной школы.

На «Лыжные гонки» приходят дети и подростки, имеющие разрешение родителей и допуск врача, Предварительного отбора на занятия в спортивной школе не проводится. К занятиям на 2, 3 и последующих годах обучения при наличии у обучающихся соответствующего уровня технической и физической подготовки предусмотрена возможность при успешном выполнении контрольных нормативов и соответствующих спортивных разрядов зачислить данных детей в группу 2 или 3 года обучения.

Желающих как обычно бывает много, но по истечении даже одного-двух месяцев тренировок дети бросают свои занятия, почему? Основная причина – отсутствие родительского примера и их заинтересованности. Только родительское участие и поддержка ребенка дает ту необходимую мотивацию к систематическим занятиям спортом, и в данном случае, лыжными гонками. Сами малыши на вопрос «Почему многие ребята через некоторое время перестают ходить в секцию?» - говорят что лень, а также ссылаются на морозы, учебную загруженность. Отговорок много, но главное нет поддержки и заинтересованности родителей. Поэтому приходится проводить активную работу с родителями, убеждать, что спорт это не самоцель, но очень помогает в жизни.

**Слайд 5.**

На начальном этапе основной задачей является формирование интереса к занятиям спортом.

В своей деятельности для вовлечения детей в занятия и сохранения интереса к лыжному спорту активно использую в тренировочном процессе игры.

Роль игры в спортивной подготовке детей и подростков трудно переоценить. Включение подвижных игр в тренировку помогает оживить и разнообразить ее. Большие физические нагрузки и многократные повторения, необходимые для создания прочных навыков, нередко вызывают своеобразный психологический «застой», утомление, потерю интереса даже у самых сознательных и трудолюбивых спортсменов. Игры активизируют их внимание, повышают эмоциональное состояние, благоприятно влияют на повышение работоспособности. В силу вступает эффект «активного отдыха».

Игры позволяют решать задачи общей и специальной физической подготовки. Поэтому они занимают место вспомогательных упражнений при подготовке лыжников. Подбираю такие игры, которые имеют близкое сходство с теми упражнениями, которые лежат в основе лыжного спорта.

- салки, салки с мячом

-эстафеты

-«Белые медведи»

-«Невод»

- «Часовые разведчики»

-«Третий лишний»

-«Кто быстрее»

-«Слалом»

-«Догонялки»

-«Биатлон»

В процессе игр можно целенаправленно воспитывать такие важные качества, как смелость, ловкость, настойчивость в достижении поставленной цели. Особенно важно применение игр, игровых упражнений и заданий на  начальном этапе обучения. Дети младшего школьного возраста ввиду особенностей развития центральной нервной системы быстро теряют интерес к многократным, однотипным повторениям элементов ходов и т.д.

В тренировочном процессе игры и игровые задания применяются при обучении и совершенствовании техники способов передвижения на лыжах, и при развитии физических качеств.

Все игры и игровые задания на лыжах в зависимости от поставленных задач можно условно разделить на две группы: игры для обучения и совершенствования техники способов передвижения на лыжах; игры на развитие физических качеств.

**Слайд.6**

Тренировочный процесс отделения «Лыжные гонки» проходит непрерывно в течение всего года.

Переходный период апрель- май, данный период можно назвать активным отдыхом, так как дети устали после длительного соревновательного периода, в этот время идет снижение специальной работоспособности, проводятся беговые, игровые, прыжковые и силовые тренировки.

Подготовительный период - май-ноябрь. В этот период проводятся беговые силовые, игровые и лыжероллерные тренировки, кросс и вело- походы, соревнования, активный отдых.

Большое внимание уделяется отдыху в летний период: ежегодно выезжаем в г. Киров, где обучающиеся с удовольствием посещают море- парк и аква-парк, кинотеатр. Ежегодно проводятся велопутешествия на жемчужину нашего муниципального округа Лежнинское озеро, Ахмановское озеро, с. Иж, с. Казаково. Это достаточно протяжённые маршруты, во время которых одновременно проходит укрепление всех мышц организма и получение новых знаний и положительных эмоций, закаливание организма через плавание. Все это помогает поддерживать интерес к занятиям спортом, и способствует созданию нравственных, коммуникативных качеств и формирует такие качества как любовь к родному краю, к своей малой родине. Ежегодно в июле принимаем участие в «Фестивале спорта» который проводится в пгт Верхошижемье.

В этом году запланирована поездка в Краснодарский край, где обучающиеся школы смогут совместить тренировочный процесс с активным отдыхом на море.

Соревновательный период декабрь-апрель. В этот период весь тренировочный процесс направлен на достижение максимально высоких результатов. Проводятся соревнования различных уровней, и поэтому в тренировочный процесс активно включаются различные игры –эстафеты на лыжах в группах начальной подготовки, которые направлены на развитие быстроты.

На этапе учебно- тренировочных групп идёт формирование устойчивого интереса к занятиям лыжным спортом, развитие физических, технических, психических возможностей.

**Слайд 7.**

Созданная система работы с обучающимися способствует получению высоких спортивных результатов обучающихся

**в зональных соревнованиях:**

в 2022-2023 учебном году: 6 раз стали победителями, 11 раз заняли второе место, 10-третье;

в 2023-2024 учебном году: 7 раз стали победителями, 12 раз- вторые места, 11- третье место;

в 2024-2025 учебном году: 13 раз стали победителями, по 6 раз заняли 2 и 3 место.

**Слайд 8, 9**

**в областных соревнованиях:**

в 2022-2023 учебном году: 1 обучающийся занял 2 место в первенстве Кировской области в г. Омутнинске, 1 обучающийся-3 место на Верхошижемской лыжне памяти Л.И. Тюлькина;

в 2023-2024 учебном году: 1 обучающийся занял 1 место по легкой атлетике в дисциплине «Кросс», 2 обучающихся заняли 2 и 3 место на Фестивале спорта в пгт Верхошижемье;

в 2024-2025 учебном году: 1 обучающаяся заняла 1 и 3 места в Первенстве Кировской области в пгт Перекоп, 1 обучающийся занял 1 место в Первенстве Кировской области в пгт Перекоп, 1 обучающаяся заняла два первых места в региональном этапе Всероссийских соревнований на приз газеты «Пионерская правда» в пгт Перекоп, по итогам данных соревнований завоевала право участия во Всероссийском этапе, 3 место в этапе Кубка области «Новогодняя губернаторская гонка» в пгт Верхошижемье, 1 обучающийся-3 место на Верхошижемской лыжне памяти Л.И. Тюлькина;

**Слайд 10.**

Большое внимание в тренировочном процессе уделяется развитию самостоятельности через:

* Проведение части занятия по учебным карточкам и заданию тренера;
* Самоконтроль за физической нагрузкой;
* Дифференциация и индивидуализация заданий в развитии навыков;
* Использование наставничества старших обучающихся над младшими.

Учащиеся, которые начали заниматься лыжным спортом в более раннем возрасте опережают учащихся, поступивших в более старшем возрасте. Этот факт подтверждает обоснованность применения методики раннего развития и необходимость подготовки спортсменов, начиная с раннего школьного возраста.

Учитывая недостаточное физическое развитие некоторых обучающихся, разрешается продолжать занятии 1 и 2 года обучения, данный подход позволяет сохранить контингент обучающихся и поддержать интерес детей к занятиям физкультурой и спортом.

В этом учебном году занимаются на отделении «Лыжные гонки» 3 группы:

- группа начальной подготовки-15 человек,

- вторая группа УТГ первого года обучения-9 человек,

-третья группа УТГ третий год обучения-12 человек.

В заключении своего выступления хотела бы обратиться к учителям физической культуры школ: «Уважаемые коллеги, только совместная работа общеобразовательной и спортивной школы поможет вовлечь наших детей в систематические занятия физкультурой и спортом, которые помогут нашим детям быть успешными, занятыми и физически развитыми.

**Слайд 11.** Спасибо за внимание!