

Аннотация.

Данная программа актуальна, так как двух-трех занятий физической культуры в неделю недостаточно для полноценного физического развития учащихся, а для полноценного развития детям необходимо двигаться, т.е. выполнять определенный двигательный режим (суточный и недельный). С целью повышения двигательного режима учащихся необходимо проводить дополнительные занятия по физической культуре и спорту во внеурочное время. С этой задачей должна справляться спортивная секция по лыжной подготовке. Так же следует помнить, что занятия на свежем воздухе приносят большой оздоровительный и закаляющий эффект.

Одной из задач спортивной секции по лыжной подготовке – является выявление и развитие спортивных наклонностей у детей школьного возраста (12-15 лет).

Высокий уровень эффективности работы спортивной секции может быть достигнут только при условии хорошо продуманного учебно-тренировочного процесса. В работе секции применяется широкий арсенал педагогических методов и форм организации деятельности. Лучшим методом обучения является квалифицированный показ и объяснение.