

Филиал МАОУ Каскаринской СОШ "Янтыковская СОШ"
"Гиревой спорт как универсальное средство
физической подготовки учащихся"



д. Янтык 2021

В Тюменском районе в рамках федерального проекта «Современная школа» с сентября 2019 года работают центры цифрового и гуманитарного образования «Точка роста».

Центр «Точка Роста» в школе предназначен для реализации основных общеобразовательных программ по предметным областям, а также дополнительного образования.

На базе центра педагоги активно используют самые современные методы и технологии обучения и воспитания, обеспечивающие освоение обучающимися программ цифрового, естественно-научного, технического и гуманитарного профилей по таким предметам, как "Технология", "Информатика" и "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности". И сегодня, уважаемые коллеги, я хочу поделиться своим опытом, как использовать гиревой спорт для развития общефизической подготовки учащихся. И считаю, что этот универсальный снаряд, как гиря, при грамотном использовании может заменить целый тренажерный зал, особенно это актуально для сельских школ. «Все новое - это хорошо забытое старое». В советские времена иметь дома гири было доброй традицией, Сегодня русский гиревой спорт снова на подъеме.

"Если хочешь сильным быть надо с гирями дружить!"

апрель 2019 г. - участие и победа в школе социального проектирования лидеров добровольческого движения Тюменской области с проектом "Дружим с гирей всей семьей!",
июнь 2019 г. - начало реализации проекта "Дружим с гирей всей семьей!"
август 2019 г. - конец реализации проекта "Дружим с гирей всей семьей!"



В ходе реализации проекта у детей сформировался устойчивый интерес к данному виду спорта и с сентября 2019 года на базе МАУ ЦФСР "Лидер" ТМР организованы секционные занятия по гиревому спорту



В филиале МАОУ Каскаринской СОШ "Янтыковская СОШ" в декабре 2020 г., где начал преподавать уроки физической культуры, мною было предложено организовать занятия гиревым спортом в рамках дополнительного образования.



Фотомоменты тренеровок и соревнований в МАУ ЦФСР "ЛИДЕР"





Фотомоменты занятий в Янтыке



Расписание занятий

с.Каскара

Пн. - 17 00 - 18 00

Ср. - 17 00 - 18 00

Пт. - 17 00 - 18 00

Результаты контрольной тренировки



Наши достижения!

Участие в поселковых и районных соревнованиях



Первенство г.Тобольска по гиревому спорту



Шкурина Кристина и Фатхутдинова Альбина вошли в состав сборных команд учебных заведений по гиревому спорту



Лаврентьева Лена и Клипперт Карина включены в состав команды юношеской сборной по гиревому спорту Тюменского района



Вывод:

таким образом, уважаемые коллеги , занятия

гиревым спортом:пов

- повышают уровень физической подготовки;**
- являются профилактикой искривлений позвоночника и лишнего веса у детей;**
- готовят к сдаче ВФСК "Готов к труду и обороне" и спортивные резервы района по гиревому спорту**

Спасибо за

внимание!

