**С методическими материалами к программе**

**можно ознакомиться на сайте:** <http://arzritta.ru/new_page_38.htm>

1. ***ТЕМАТИЧЕСКАЯ БЕСЕДА*** : «Нет допингу»

Данная методическая разработка носит информационно-воспитательный характер, адресована учащимся старшего возраста. Тема продолжает оставаться актуальной в свете ряда допинговых скандалов, отразившихся на развитии российского спорта и олимпийского движения в нашей стране.

Цель методической разработки сформировать у учащихся отрицательное отношение к допингу и исключить возможность его применения в процессе обучения и спортивной подготовки.

Беседа проведена 22 октября 2019 года.

1. [**Недельный  комплекс упражнений по ОФП для самостоятельной подготовки**](https://arzritta.ru/OFP.docx)

Данный комплекс представляет собой подборку упражнений по дням недели для развития физических качеств: ловкости, выносливости, гибкости, координационных и силовых способностей. Состав упражнений может варьироваться по желанию. Комплекс может быть реализован, как на базе спортивной школы, так и в домашних условиях. Контроль за правильным выполнением упражнений может осуществлять не только сам ребёнок, но и родители (законные представители) ребёнка. А некоторые гимнастические снаряды можно легко заменить на предметы мебели или интерьера.

1. Методическая разработка: [**Комбинации для выполнения разрядных нормативов**](https://arzritta.ru/razryad.docx)

Это алгоритм последовательности выполнения упражнений для выступления на соревнованиях, которые учащиеся обязаны выучить и знать.

Разработка представлена как в печатном варианте, так и на электронном носителе, что позволяет учащимся сохранить ее на телефон, планшет или другое устройство.

**4.** [Выступление на родительском собрании "**Позаботимся о здоровье наших детей!"**](https://arzritta.ru/rod%20sobr.docx)

Информационное сообщение для родителей учащихся о роли и значении физической активности в общем развитии ребенка.

Отражает новые подходы к организации досугово-творческой деятельности и возможности родителей для формирования устойчивой мотивации у детей к занятиям спортом и ЗОЖ

5.[**Рекомендации  для родителей и учащихся: о выборе одежды юного спортсмена**](https://arzritta.ru/odezda.docx)**.**

Методическая рекомендация адресована родителям учащихся спортивной школы и отражает основные требования с точки зрения безопасности ребёнка, эргономичности, гигиены и комфортности. Кроме того учитывается психологический аспект и возможность использовать одежду как мотиватор для занятий физической культурой и спортом.

**6.** Методическая разработка «**Особенности питания детей младшего школьного возраста»**

В разработке отражаются принципы здорового питания для детей школьного возраста. Приведен перечень рекомендуемых и список запрещенных продуктов. Особый интерес вызывает вкусное меню для детей на три дня.

**7.** **[Видеоролик о ДЮСШ .](https://arzritta.ru/rolik.mp4)**

[Представлен для ознакомительного занятия с детьми младшего возраста](https://arzritta.ru/rolik.mp4). Позволяет сформировать у них общее представление о школе, об отделении прыжков на батуте, о том кто работает на этом отделении, основные достижения учащихся отделения, а так же поможет сориентировать детей и родителей в сторону понравившегося вида спорта.

Возможно, демонстрируемый опыт подскажет, как эффективно и творчески подойти к решению приоритетных задач современного общества, а также поможет обобщить педагогический опыт.