

СИЛА СКИЛЛА

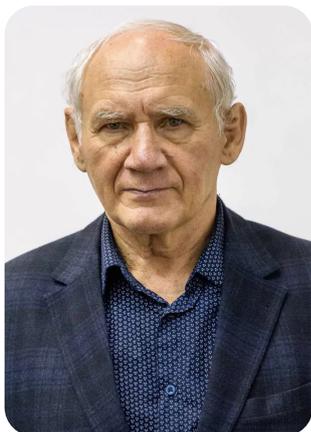
Группа раннего спортивного развития

Каждый человек обладает своими особенностями, так же как любой вид спорта требует определённых способностей от спортсмена.

Если получится соединить два этих фактора, ребёнок попадёт в ту спортивную нишу, в которой он будет максимально успешен.

И это касается не только физического развития, ведь спорт как инструмент учит многому: дисциплине, ответственности, трудолюбию и много чему другому, но инструмент будет работать только тогда, когда ребёнок попадёт в свою среду.

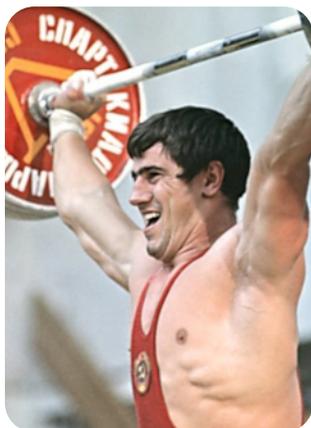
**ИМЕННО ПОЭТОМУ ГЛАВНАЯ ЦЕЛЬ ГРСР -
ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТИ РЕБЁНКА
ДЛЯ ИЗБРАННОГО ВИДА СПОРТА.**



Виктор Михайлович Кузнецов

Заслуженный тренер России, тренер Олимпийских чемпионов. За всю свою карьеру тренера по борьбе из 10 000 учеников он нашел только трёх.

«Одна из главных задач тренера — найти талантливую ученика»



Владимир Федорович Ким

Тренер по тяжелой атлетике, воспитавший рекордсменов и чемпионов мира.

«Задача тренера как раз и состоит в том, чтобы разглядеть талант ученика. Сегодня большой спорт — дело исключительно таланта. Трудлюбие в спорте тоже ценится, но лишь для тренировки собственной воли»



Усейн Болт, лёгкая атлетика

Всем известно имя Усейна Болта. В детстве родители отвели его на секцию крикета, и он мечал стать лучшим в этом виде спорта. До тех пор, пока его тренер не настоял на переходе в легкую атлетику. Это было тяжелое решение со стороны Болта, но в итоге он стал легендой спринта на 100 метров. В Книге спортивный ген сказано, тренера зацепила антропометрия Болта и мощный старт в беге. Кто знает, как бы сложилась его судьба, если бы не настойчивость тренера.



Уле-Эйнар Бьёрндален, биатлон

История Бьёрндалена — история легенды биатлона. До биатлона занимался футболом, гандболом, метанием копья, велоспортом, легкой атлетикой. Показал результат только в биатлоне. Что было бы, если родители настояли на одной секции.

ДЛЯ ДОСТИЖЕНИЯ ГЛАВНОЙ ЦЕЛИ, НУЖНО РЕШИТЬ РЯД ЗАДАЧ

Одна из самых важных это физическое развитие.
В возрасте 3-7 лет самое главное - это развитие координации.
Умение ребёнка соединить несколько простых движений в одно сложное, другими словами умение управлять своим телом.

ТРЕНИРОВКИ ДЕЛЯТСЯ НА ЧЕТЫРЕ БЛОКА (каждый блок это отдельная тренировка)

ГИМНАСТИКА

работа на: турниках, канатах,
брусках, стойках и др.

АКРОБАТИКА

обучение кувыркам, колёсам,
мостикам, ходьбе на руках и др.

ПЛИОМЕТРИКА

всевозможная прыжковая
работа с элементами легкой
атлетики, прыжки на скакалке,
элементы паркура и др.

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ

а так же игровые виды спорта:
от игры «кошки мышки»
до игры в регби

Дети разделены в группы по возрастам, а так же физическим
возможностям. У каждой группы свой годовой план, нормативы
и план мероприятий.

ГРУППА 3-4 ГОДА

Основные навыки:

кувырок вперёд, кувырок через препятствие, кувырок спиной вперёд, гимнастический мостик, стойка на голове, складка. (Обучаясь этим навыкам ребёнок осваивает более простые, но самостоятельные навыки.)

Так же одна из задач:

первый соревновательный опыт (участие в соревнованиях)



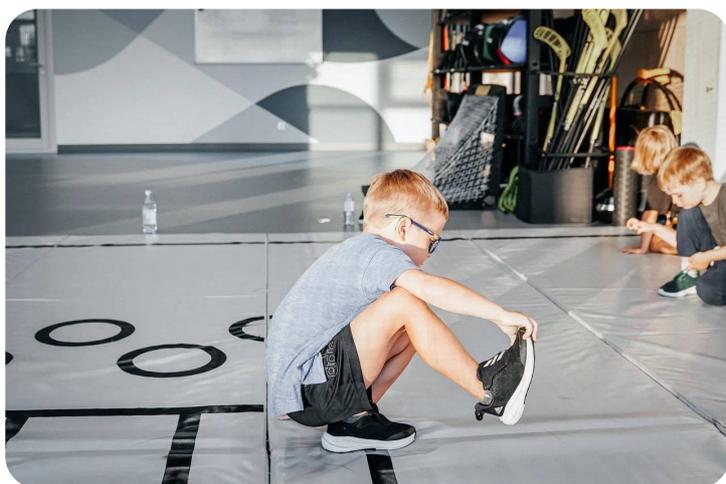
ГРУППА 5-6 ЛЕТ

Основные навыки:

кувырок спиной вперёд с выходом на прямые ноги, отжимание в стойке на руках, колесо, приседание на одной ноге, группировка носков к перекладине. (Обучаясь этим навыкам ребёнок осваивает более простые, но самостоятельные навыки.)

Так же одна из задач:

это выезд на лагерь выходного дня, а так же посещение лагеря дневного пребывания.



**СИЛА
СКИЛЛА**

ГРУППА 6-7 ЛЕТ

Основные навыки:

ходьба на руках, фляг, сальто вперед, ходьба на мосту, подъем переворотом на перекладине, подъем по канату, прыжки на скакалке.

Так же одна из задач:

посещение полноценного спортивного лагеря.



КАК ИТОГ

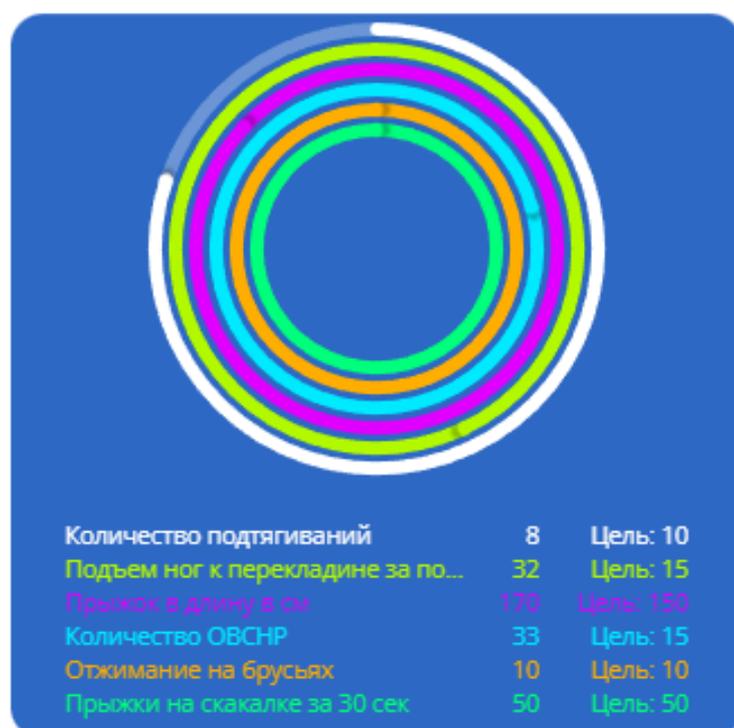
если ребёнок посещает тренировки согласно плану, а так же участвует во всех плановых мероприятиях, мы получаем не только физически подготовленного ребёнка.

Ребёнок уже будет знаком с понятиями: трудолюбия, дисциплины и ответственности.

КАЖДОМУ РЕБЁНКУ ВАЖЕН ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПОДХОД.
ПОЭТОМУ МЫ РАЗРАБОТАЛИ И ПОСТОЯННО УЛУЧШАЕМ
СВОЮ CRM СИСТЕМУ, ДЛЯ ОТСЛЕЖИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ
КАЖДОГО РЕБЁНКА.

Посещения Цели **Навыки** Комментарии

Навык	Владение
Фляг	✓
Сальто вперёд	—
Подъем по канату	✓
Ходьба на руках	—
Ходьба на мосту	✓
Подъем переворотом на перекладине	✓
Дп на скакалке	✓



Так же для дополнительной мотивации у нас в зале есть внутренняя валюта, форма и др.

**СИЛА
СКИЛЛА**

И ВСЕ ЖЕ ПОЧЕМУ НАМ ТАК ВАЖНО
ВЫБРАТЬ СПОРТ ДЛЯ ВАШЕГО РЕБЁНКА.

ЧЕМ БОЛЬШЕ ДЕТЕЙ МЫ СМОЖЕМ НАПРАВИТЬ
ПО ИХ ПУТИ, ТЕМ БОЛЬШЕ УСПЕШНЫХ ВЗРОСЛЫХ
МЫ ПОЛУЧИМ В БУДУЩЕМ.

**СИЛА
СКИЛЛА**