Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования города Абакана

«Спортивная школа по игровым видам спорта»

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

на тему:

**«**ПУТИ ПРИВЛЕЧЕНИЕ ДЕТЕЙ К ТРЕНИРОВКАМ И СОХРАНЕНИЕ ИХ В СПОРТИВНЫХ СЕКЦИЯХ**»**

Подготовил:

тренер-преподаватель Мироненко С.А..

Абакан 2024

Поскольку качество нашей работы в итоге выливается в результат, являющийся следствием трех основных обязанностей: собственного совершенствования, уверенности, что мы продолжаем свою деятельность наилучшим способом и, самое главное, обеспечиваем тренировку спортсмена.

Определено, что***один из главных факторов, привлекающих детей в спорт, - прежде всего общественное мнение, складывающееся благодаря воздействию средств массовой информации, а также, что очень важно, влиянию родителей.***

Сами юные спортсмены отмечают следующие факторы, привлекающие их в тренировочные секции:

- получать удовольствие;

- развивать свои физические способности;

- приобретать друзей;

- быть в спортивной форме.

Радость и удовольствие - одни из наиболее значимых факторов привлечения в спорт и продолжения занятий. Понятие "получать удовольствие" требует более внимательного рассмотрения, для того чтобы выяснить, что спортсмены подразумевают под ним, когда говорят, что в спорт они пришли, чтобы получать удовольствие, и прекращают занятия, когда удовольствия нет. С.Т. Ривальд проводила исследование юных спортсменов, определяя, что, по их мнению, доставляет им удовольствие в спортивных тренировках. Ответы были ранжированы следующим образом:

- быть на хорошем счету у тренера, слышать от него похвалы;

- быть среди друзей;

- испытывать чувство победы;

- быть членом команды в играх и эстафетах;

- разнообразная тренировочная работа.

Учитывая это, мы должны уделять перечисленным факторам особое внимание, когда стараемся привлекать спортсменов в свой вид спорта и строить тренировку, удовлетворяя желания юных атлетов.

Необходимо отметить, что понятие "получать удовольствие" для определенных возрастных групп различно. Кроме того, спортсмены предлагали свои определения этого понятия: "зарабатывать медали и призы", "соревноваться в эстафетах", "тренер хорошо знает меня", "получать спортивные майки". Более зрелые спортсмены предлагали ответы: "жесткая работа", "командные соревнования", "тренировка в силовом зале".

Таким образом, командный дух, друзья, положительные эмоции, взаимопонимание с тренером, смена вида тренировочной работы - все это создает позитивное настроение у юных спортсменов. Вот некоторые примеры, которые можно использовать в практике подготовки молодых атлетов:

- как можно больше командных соревнований и эстафет. В индивидуальных соревнованиях побеждает только один спортсмен, в командных - все члены команды;

- проводите соревнования в различных дисциплинах, смежных с вашим видом спорта;

- создавайте возможности взаимодействия с друзьями, способствуйте развитию отношений между детьми вне тренировочных занятий;

- больше узнавайте о своих подопечных, о каждом в отдельности;

- юные атлеты - дети компьютерной эры, поэтому спорт тоже должен соответствовать правилам компьютерных игр;

-постоянно обсуждайте проблемы с каждым ребенком, поощряйте и развивайте знания детей в вашей области;

- усиливайте командный дух в коллективе: командные приветствия, единая униформа, командные вечера и т.д.;

- поощряйте и награждайте призами не только победителей, но и атлетов, которые добились своих личных рекордов;

- поощряйте спортсменов перед строем, ругайте за ошибки -отдельно.

Таким образом, основываясь на ответах, полученных при опросах юных спортсменов, можно сделать некоторые выводы. Первый: взрослые и дети по-разному определяют понятие "получать удовольствие", и мы должны прежде всего опираться на определение детей. Второе - это то, что организованный спорт - это действительно удовольствие для детей, и он должен охватывать многие аспекты тренировочной деятельности. Третье: удовольствие, определенное детьми, должно быть внедрено в тренировочный процесс. И последнее: при взрослении спортсменов их отношение к удовольствиям меняется, таким образом, удовольствие для 10-11-летних отличается от такового у более взрослых атлетов.

Несомненно, что общий климат тренировочного занятия в первую очередь создается тренером. Как должны действовать тренеры, чтобы добиться успеха в подготовке юных спортсменов:

- способствовать им в развитии стремления к совершенствованию;

- разрабатывать такие тренировочные программы, которые достигали бы реальных и прогрессивных целей;

-позитивно оценивать достижения спортсменов;

- постоянно общаться с атлетом, давая советы по тренировке, диете и другим вопросам. Все, что вы скажете или не скажете своему подопечному, в конце концов может повлиять на его результативность и ваш успех как тренера;

- уважать своих атлетов, и они будут уважать вас. Если они вас уважают, то с удовольствием будут учиться у вас и достигать выдающихся результатов ради вас. Отчитывать их за ошибки только при достаточном основании, и тогда они не будут бояться вас и полюбят спорт;

- убеждать спортсменов, что успехи - результат их способностей и ответственного отношения к тренировкам;

- постоянно корректировать технические погрешности;

- показывать личный пример - быть моделью поведения;

- заботиться об их безопасности;

- относиться ко всем одинаково, не разделяя на лучших и худших;

- тренировать не для побед, а для прогресса физических качеств и техники;

- поощрять спортсменов к тому, чтобы они задавали вопросы во время тренировочных занятий;

- быть внимательным не только к словам спортсменов, но и к другим деталям, таким как внешний вид, артикуляция, выражение лица и т.д.;

- повышать уровень своего образования, быть в курсе всех спортивных, государственных и международных новостей;

- быть в постоянном контакте с родителями юных атлетов и вовлекать их в обсуждение занятий, возможно, в участие в самом тренировочном процессе.

Теперь обратимся к проблеме ухода юных атлетов из спорта.

В последнее время заметен факт ухода из спортивных секций в связи с переключением на другие, более привлекательные, сферы активности, такие как музыка, телевидение, компьютеры. Если такое направление будет продолжать развиваться, то логично заключить, что со временем роль спорта в нашем обществе значительно уменьшится. Мы можем оказаться перед проблемой потери в будущем многих талантливых спортсменов.

Конфликты между серьезными требованиями современной системы спортивной подготовки и многими другими факторами являются причинами ухода из спорта юных атлетов.

Хорошие взаимоотношения тренера и спортсмена - очень важный фактор поддержки серьезной спортивной карьеры.

Тренеры должны овладевать специальными знаниями и методами мотивирования своих атлетов, с тем чтобы сделать свою работу более продуктивной.

Важно постоянно учитывать интересы атлета, с тем чтобы избежать его преждевременного ухода из спорта. Как только возможность такого решения начинает проявляться, необходимо проводить специальные беседы с целью его исключения.

Спортсмены не должны быть вне общей социальной структуры общества, и это должно учитываться при составлении любых тренировочных и соревновательных программ.

Заключая, хотел бы отметить, что в отечественном детско-юношеском спорте к настоящему времени заметен определенный крен в сторону излишней формализации подготовки нашей будущей смены. У нас лучше, чем где-либо в мире, разработаны тестовые процедуры и нормативы для выявления талантливых спортсменов, а также тренировочные планы и этапные контрольные результаты по мере спортивного совершенствования. Да, это крайне важно и необходимо в тренировочном процессе, *но не надо забывать, что мы имеем дело****с юными членами нашего общества в постоянно меняющихся социальных условиях.***Они быстрее, чем мы, адаптируются к этим переменам , и нам, всем, кто вовлечен в процесс подготовки юных спортсменов, нужно помнить об этом и предвосхищать возможные конфликты и недоразумения, которые могут появиться в практике тренировочной работы. Создание позитивного психологического климата и постоянное личное совершенствование в теории и практике спорта - залог нашей успешной работы в будущем.