***УЧЕБНО – ТРЕНИРОВОЧНЫЕ СБОРЫ «К ВЕРШИНЕ ОЛИМПА»***

**С 7 июня по 22 июня 2022 г. на базе детского загородного лагеря имени Саши Чекалина проходят летние тренировочные сборы для пловцов под руководством тренера МАУ ДО ДООЦ «Юность» Кузьминой Елены Васильевны. Общее количество воспитанников центра «Юность» - 39 человек.**

Для спортсменов подготовлена специальная программа, как в части тренировочного процесса, так и в свободное от тренировок время.

Программа тренировок на сборе адаптирована под индивидуальные потребности спортсменов с учетом их возраста и уровня в подготовительный период подготовки. Уделяется внимание следующим аспектам:

- тренировки на суше направлены на развитие таких качеств как: координация, ловкость, скорость, взрывная сила, гибкость и укрепление мышц корпуса;

- мотивационные беседы и теоретические занятия с тренером, с анализом техники плавания и дальнейшими индивидуальными рекомендациями по её совершенствованию.

Программа рассчитана на одарённых детей спортивного направления «плавания», победителей, призеров, а также участников муниципальных и краевых спортивных соревнований. Данная программа направлена на повышение уровня общефизической подготовки, приобретения базовых навыков по средствам подвижных и спортивных игр, кроссовой и общефизической подготовки, психологических и медицинских навыков.

Особенностью воспитательного процесса по данной программе является то, что дети и педагог хорошо знают друг друга, коллектив сформирован, хорошо управляем, деятелен. Тренер выступает как консультант в различных творческих и спортивных направлениях.

Вся жизнь в лагере подчинена определенным традициям и правилам, с помощью которых, у ребят формируются прочные навыки поведения в коллективе, а у тренера остается достаточно сил на рабочую деятельность, на то, чтобы увидеть и поддержать успех каждого ребенка.

Данное мероприятие стало возможным благодаря поддержке и возможностям родителей, чьи дети систематически и ответственно занимаются плаванием. А так же их тренерам Кузьминой Е.В., Поскиной О.В. и Ходыкиной С.Ш.

Хорошего всем отдыха! Ждём встречи в новом спортивном сезоне!!!