Всероссийский спортивный онлайн фестиваль "Трофи!" среди обучающихся профессиональных образовательных организаций и общеобразовательных организаций, сентябрь - декабрь 2022 г., проводится в рамках федерального проекта "Успех каждого ребенка" национального проекта "Образование".

В фестивале «Трофи-ПРО» приняли участие школьные команды, в составе которых юноши и девушки 2006-2007 и 2007-2008 годов рождения.

Целью фестиваля является совершенствования деятельности, направленной на формирование у подростков и молодежи устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом, а также воспитания потребности в самоорганизации здорового образа жизни.
Фитнес технологии – это внедрение новых методов и приёмов для эффективного повышения у школьников интереса к занятиям физической культуры и спорта.

На уроках физической культуры вводятся новые формы спортивно-двигательной активности, посредством внедрения фитнес технологий. Тем самым у обучающихся формируется устойчивый интерес к регулярным занятиям физической культурой и спортом, повышается уровень двигательной активности и укрепление здоровья.

В школе совершенствуется процесс физкультурно-спортивной деятельности.

Команда МБОУ СОШ № 30, ШСК «ФиС» представила 3 блока:

* 1 блок (разминка) – выполнение комбинации основных базовых шагов и элементов оздоровительной аэробики, сочетающихся с движениями рук (аэробно-координационный компонент);
* 2 блок – упражнения, направленные на развитие скоростно-силовых качеств (компонент силовой выносливости);
* блок (восстановление) – стретчинг (компонент развития гибкости).

Видео ролик с содержанием комбинаций обязательных упражнений и основных базовых элементов фитнеса и аэробики, были размещены по ссылке <https://www.youtube.com/watch?v=GrVh0OUDTCo>

В рамках подготовки к Фестивалю, ОГФСО «Юность России» запланировано проведение 2-х семинаров в формате онлайн:

1 семинар состоится 08 сентября 2022 г. в 13-00
(по московскому времени).
Тема семинара: «Организационно-методические рекомендации по общим вопросам проведения этапов Всероссийского спортивного онлайн-фестиваля «Трофи!» среди обучающихся профессиональных образовательных организаций и общеобразовательных организаций».
Ссылка для участия в онлайн-семинаре: <https://events.webinar.ru/44646075/760866517>

2 семинар состоится 12 сентября 2022 г. в 13-00
(по московскому времени).
Тема семинара: «Организация деятельности спортивных коллегий и судей этапов Фестиваля».
Ссылка для участия в онлайн-семинаре:
<https://events.webinar.ru/44646075/617579942>Всероссийские спортивные онлайн фестивали объединяют школьников, студентов техникумов и колледжей по всей стране. Организатор — ОГ ФСО «Юность России».

Участники записывают на видео три блока упражнений:
- разминку, включающую базовые элементы фитнес аэробики;
- упражнения, направленные на развитие скоростных и силовых качеств;
- комплекс, направленный на развитие гибкости.

Готовый видеоролик команды отправляют для оценивания судьям проекта.
Фестивали проводятся в несколько этапов. Региональный уже подходит к концу. В нем приняли участие и студенты Южноуральского Энергетического техникума .

Под руководством тренера Касаткиной Н.Н.ребята выполнили комплекс функциональной аэробики. Получили огромный заряд бодрости и оптимизма! Студенты выступили в возрастной группе 18-19 лет:

Ахцигер Виктория (35 гр) Березовский Никита(35А)
Ложкина Диана (35гр) Мальцев Алексей(35А)
Пашкова Татьяна (35 гр) Цывунин Кирилл (33А)
Попова Александра (35гр) Мокроусов Андрей(35 А)
Анисимова Виктория ( 35 гр) Салеев Даниил(35А)

Оператор видео-съёмки Николенко Семен (35А). Огромное спасибо студентам, принявшим участие в конкурсе!

Автор: Касаткина Н.Н.