

Специализированное учебно-спортивное учреждение «Климовичская детско-юношеская спортивная школа» основана в 1959 году. На начальном этапе функционировало два отделения (отделение легкой атлетике и отделение спортивных игр). В 1964 году открывается отделение лыжные гонки, в котором начинает свой трудовой путь, Заслуженный тренер Республики Беларусь — Шапоров Виктор Венедиктович.

По итогам аттестации в 2022 году школа переименована в учреждение «Климовичская специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва» (специализированное отделение лыжные гонки).

В настоящее время в учреждении обучается 230 учащихся. Ведение учебно-тренировочного процесса осуществляют 8 штатных тренеров-преподавателей и 2 тренера-совместителя.



**1959-1960 – Какора Павел Тимофеевич**

**1960-1964 – Шалаев Алексей Александрович**

**1964-1965, 1966-1968, 2000-2005 – Шапоров Виктор Венидиктович**

**1965-1966 – Романенко Владимир Ефимович**

**1968-1972 – Ивашкевич Николай Васильевич**

**1972-1974 – Хроменков Леонид Яковлевич**

**1974-1988 – Чабан Владимир Петрович**

**1988-2000 – Исаченко Геннадий Петрович**

**2005-2007 – Шлапаков Виктор Николаевич**

**2007-2012 – Доменикан Александр Аркадьевич**

**2012-2014 – Галковский Владимир Петрович**

**2014-2017 – Богомазов Борис Викторович**

**2017-2019 – Ерёмин Андрей Михайлович**

**2019 – Стальмаков Николай Владимирович**

Лыжные гонки

 На протяжении многих лет является ведущим. Воспитанниками его являются: **Вячеслав Толкачев** (Мастер спорта международного класса СССР, чемпион мира среди юниоров по биатлону), **Леонид Корнеенко** (Мастер спорта международного класса РБ, серебряный призер чемпионата мира-2007, участник Зимних Олимпийских Игр-2010 в Ванкувере); **Ирина Белоусова** (Мастер спорта СССР, серебряный призер Молодежных игр СССР), **Валентина Сапешко** (Мастер спорта СССР, чемпионка ЦС Динамо), **Валентина Еремина** (Мастер спорта СССР, Чемпионка РБ), **Наталья Калиновская** (Мастер спорта РБ, участница Олимпийских игр 2002 года в Солт-Лейк-Сити), **Остапенко Юрий** (Мастер спорта РБ, участник Олимпийских игр 2018 г. в Пхеньчхане Корея). **Мачехина Анна**(Мастер спорта РБ, участница  III Юношеских Олимпийских игр 2020 года в Лозанне, чемпионка первенства РБ.

В настоящее время из числа воспитанников отделения в основной состав Национальной команды Республики Беларусь по лыжным гонкам  входит **Мачехина Анна**.

За период с 2019 по 2022 гг. сборная команда по лыжным гонкам учреждение «Климовичская детско-юношеская  школа олимпийского резерва» достигла определенных успехов на соревнованиях различного уровня:  
2019 год - Республиканская спартакиада ДЮСШ  -6  место, Областная спартакиада школьников-2 место.  
2020 год - Республиканская спартакиада ДЮСШ  -  7 место.  
2021 год - Республиканская спартакиада ДЮСШ –  8 место, Областная спартакиада школьников-3 место  
2022 год - Республиканская спартакиада ДЮСШ -  8 место, Областная спартакиада школьников- 2 место.

2023 год – Областная спартакиада школьников – 4 место.

Ежегодно осуществляется передача учащихся в училище Олимпийского резерва.

Учебно-тренировочные занятия проходят на лыжной базе СДЮШОР и на базах общеобразовательных школ.

Спортсменов тренируют 3 штатных тренера-преподавателя, с охватом 80 учащихся.

Хомченко Тамара Тимофеевна тренер высшей квалификационной категории

Шапорова Альбина Павловна имеет 1-ую квалификационную категорию

Симакова Екатерина Геннадьевна – без категории. 

Оптимальный возраст для начала занятий лыжными гонками — 9‑10 лет.

Лыжные гонки благоприятно воздействуют на иммунитет человека, укрепляют сердечно-сосудистую систему. Помимо этого у лыжников-гонщиков задейст­вованы все группы мышц: ног, рук, груди, спины. Так что и телосложение от природы они имеют (или обретают с годами тренировок) более мускулистое, крепкое. Занятия преимущественно проходят на свежем воздухе.

Для соревнований и даже для тренировок выбирают парковую или лесную местность, с хорошей экологией. Интенсивные нагрузки на прохладном воздухе, при условии соблюдения всех правил гигиены, закаляют организм и укрепляют иммунную систему.

Движения на лыжах полезны еще и потому, что их основу составляют скользящие лыжные шаги с мягкими, эластичными, затяжными действиями. Это весьма полезно для укрепления костно-суставного аппарата юных лыжников, а в преклонном возрасте позволяет избежать хрупкости костей, сохранить подвижность всей опорно-двигательной системы.

Занятие лыжным спортом – одно из самых гармоничных и эффективных средств развития организма человека. Спортсмены, занимающиеся лыжным спортом, показывают наибольшие показатели производительности сердечно-сосудистой системы и системы дыхания. «Лыжи – вот моя поликлиника, сосны – вот мои доктора», - так сказал П.Ф. Лесгафт (педагог и врач РФ)

Плавание



Гордостью отделения является: **Александра Корнеенко** — неоднократный победитель и призер Республиканских и Областных спартакиад ДЮСШ, спартакиад школьников, Областных и Республиканских Олимпийских Дней молодежи Чемпионатов Республики Беларусь. В 2008 году Александра Корнеенко выполнила норматив кандидата в мастера спорта, а уже через год получила звание Мастера спорта Республики Беларусь, **Валерия Кудлова** – Мастер спорта Республики Беларусь, победитель и призер Олимпийских Дней Молодежи Республики Беларусь, Областных спартакиад школьников, Областных спартакиад ДЮСШ.

В 2019 году – Областная спартакиада школьников - 4 место.  
В 2020 году – Областная спартакиада школьников - 4 место, Областная спартакиада ДЮСШ – 3 место.  
В 2021 году – Областная спартакиада школьников – 3 место, Областная спартакиада ДЮСШ – 4 место.  
В 2022 году - Областная спартакиада школьников- 3 место, Областная спартакиада ДЮСШ - 4 место.

В 2023 году – Областная спартакиада школьников – 2 место, Областная спартакиада ДЮСШ – 4 место.

В 2022 году передан 1 уч-ся в УОР г.Могилева.

Учебно-тренировочные занятия проходят в УСУ «Климовичский ЦФОР Здоровье»

Спортсменов тренируют 3 штатных тренера-преподавателя с охватом 60 учащихся.

Затюпо Сергей Николаевич, Кудлова Наталья Владимировна, Патюшко Татьяна Владимировна – все тренеры-преподаватели имеют 2-ую квалификационную категорию.

 

Оптимальный возраст для начала занятий плаванием — 6-7 лет.

Плавание – оздоровительная и общеукрепляющая тренировка. Во время занятий в воде задействованы все мышцы, развиваются они гармонично. При этом нагрузки не так велики, ребенку легче к ним адаптироваться. В отличие от других видов спорта в плавании снижен риск травмирования. Кроме того, плавание показано для решения многих проблем со здоровьем.

Занятия плаванием оказывают на ребенка благотворное психологическое воздействие: вызывают положительные эмоции. Обучение плаванию, особенно упражнения, связанные с погружением в воду, вызывает у детей необходимость преодолевать чувство страха и неуверенности. Поэтому занятия способствуют развитию у них волевых свойств: смелости, решительности, самостоятельности, дисциплинированности.

Водные процедуры также прививают стойкие гигиенические навыки, которые постепенно становятся потребностью и привычкой.

Умение плавать, помимо получения удовольствия от игр в воде, дает уверенность в собственных силах и является эффективным средством нормального развития ребенка.

Какие качества развивает плавание:

**Физическая выносливость**: плавание укрепляет сердечно-сосудистую систему, повышает жизненную ёмкость лёгких и развивает выносливость, что полезно для здоровья и повседневной жизни человека.

**Мышечная сила и гибкость**: занятия плаванием включает в работу все группы мышц, улучшая их силу и гибкость, что ведёт к улучшению осанки и снижению риска получения травм.

**Координация**: при плавании необходимо контролировать тело и двигаться в воде, что развивает координацию, а также улучшает психомоторику.

**Развитие дисциплины:** занятия плаванием требуют от человека дисциплины в режиме тренировок, что улучшает способность к выполнению задач и целенаправленности.

Футбол

Гордостью отделения футбола является: воспитанник тренера-преподавателя по футболу Шлапакова Виктора Николаевича, вратарь профессионального футбольного клуба высшей лиги национального чемпионата «Днепр» (Могилев), кандидат в мастера спорта Республики Беларусь **Владимир Журов**, который весной 2009 года стал бронзовым призером чемпионата страны, а осенью этого же года играл в составе юношеской сборной Республики Беларусь в отборочном турнире к чемпионату Европы-2010 в Словении. В 2009 году воспитанник Климовичской спортивной школы **Кирилл Сидоренко** зачислен в Лужеснянскую школу-интернат для талантливой и способной молодежи, которая работает под патронажем Президента Республики Беларусь Александра Григорьевича Лукашенко.

В 2021 году 2-учащихся, в 2022 году 1 учащийся переданы в ГУ «Футбольный клуб «Днепр-Могилев».

Сборная команда по футболу активно принимает участие в районных и областных соревнованиях.  
В 2019 году – Областная спартакиада школьников - 6 место и 3 место женская сборная команда района.

В 2020 году – Областная спартакиада ДЮСШ-8 место.  
В 2021 году – Областная спартакиада школьников – 3 место (зона).  
В 2022 году - Областная спартакиада школьников- 2 место (зона).

В 2023 году – Областная спартакиада школьников – 3 место (зона).

Юных футболистов тренирует 1 штатный тренер-преподаватель и 1 тренер-совместитель, с охватом 44 учащихся. В данный момент в СДЮШОР так же занимается группа девочек, которые успешно выступают на соревнованиях и турнирах по футболу.

Учебно-тренировочные занятия проходят стадионе СДЮШОР (летний период), Климовичский ГАК (зимний период).

Лайков Дмитрий Владимирович имеет 1-ую квалификационную категории.

Шлапаков Виктор Николаевич без категории.

 

Современному школьнику, проводящему большую часть дня непосредственно на

учебных занятиях и за подготовкой домашних заданий, приходится выдерживать большие

умственные нагрузки при остром дефиците двигательной активности. В результате чего

нарушаются защитные функции организма школьников: у большинства учащихся

образовательных учреждений наблюдается ухудшение зрения, деятельности сердечно-

сосудистой и дыхательной систем, нарушение обмена веществ, снижение

сопротивляемости к различным заболеваниям.

Современному школьнику, проводящему большую часть дня непосредственно на

учебных занятиях и за подготовкой домашних заданий, приходится выдерживать большие

умственные нагрузки при остром дефиците двигательной активности. В результате чего

нарушаются защитные функции организма школьников: у большинства учащихся

образовательных учреждений наблюдается ухудшение зрения, деятельности сердечно-

сосудистой и дыхательной систем, нарушение обмена веществ, снижение

сопротивляемости к различным заболеваниям.

Современному школьнику, проводящему большую часть дня непосредственно на

учебных занятиях и за подготовкой домашних заданий, приходится выдерживать большие

умственные нагрузки при остром дефиците двигательной активности. В результате чего

нарушаются защитные функции организма школьников: у большинства учащихся

образовательных учреждений наблюдается ухудшение зрения, деятельности сердечно-

сосудистой и дыхательной систем, нарушение обмена веществ, снижение

сопротивляемости к различным заболеваниям.

Современному школьнику, проводящему большую часть дня непосредственно на

учебных занятиях и за подготовкой домашних заданий, приходится выдерживать большие

умственные нагрузки при остром дефиците двигательной активности. В результате чего

нарушаются защитные функции организма школьников: у большинства учащихся

образовательных учреждений наблюдается ухудшение зрения, деятельности сердечно-

сосудистой и дыхательной систем, нарушение обмена веществ, снижение

сопротивляемости к различным заболеваниям.

Оптимальный возраст для начала занятий футболом - с 8 лет.

Футбол – это одно из самых доступных, популярных и массовых средств физического развития и укрепления здоровья широких слоев населения. Игра занимает ведущее место в общей системе физического воспитания.

Коллективный характер футбольной деятельности воспитывает чувство дружбы, товарищества, взаимопомощи; развивает такие ценные моральные качества, как чувство ответственности, уважение к партнерам и соперникам, дисциплинированность, активность.

Каждый футболист может проявить свои личные качества: самостоятельность, инициативу, творчество. Вместе с тем игра требует подчинения личных стремлений интересам коллектива.

В процессе игровой деятельности необходимо овладевать сложной техникой и тактикой, развивать физические качества; преодолевать усталость, боль; вырабатывать устойчивость к неблагоприятным условиям внешней

среды; строго соблюдать бытовой и спортивный режим и т.д. Все это способствует воспитанию волевых черт характера: смелости, стойкости, решительности, выдержки, мужества и увеличивает двигательную активность.

Сегодня красота футбола олицетворяется не только в демонстрации техники, в исполнительском мастерстве отдельных игроков, в эффективном

завершении игровых эпизодов. Чувство прекрасного вызывают и сам процесс игры, его композиция, коллективизм и взаимодействия игроков.

Футбол – это мощное средство агитации и пропаганды физической культуры и спорта. Бескомпромиссное и честное единоборство, высокое исполнительское мастерство, физическое совершенство вызывают не только глубокое удовлетворение, наслаждение, радость у миллионов болельщиков,

но также заинтересованное отношение, которое приводит их на футбольные поля, спортивные площадки и в залы. Многие выдающиеся спортсмены начинали свою спортивную биографию с увлечения футболом. Футбол широко используется в различных звеньях системы физического воспитания.

Борьба греко-римская



**Отделение борьба греко-римская**

Гордостью отделения являются: **Пусташилов Владислав – Мастер спорта РБ, бронзовый призер юниорского чемпионата Европы,**неоднократный победитель и призер республиканских и Областных соревнований, Чемпионатов Республики Беларусь; **Зарубский Дмитрий**- Мастер спорта РБ, неоднократный призер первенства, Чемпионатов РБ.

В 2023 году - Областная спартакиада школьников – 5 место. Олимпийские Дни молодёжи – 3 место.

Учебно-тренировочные занятия проходят в зале борьбы по адресу ул.20 лет Октября, 19.

Спортсменов тренирует 1 штатный тренер-преподаватель с охватом 27 учащихся.

Амелькин Виктор Викторович не имеет квалификационную категорию.

 

Оптимальный возраст для начала занятий борьбой - 10 лет.

Борьба греко-римская — вид спорта для настоящих мужчин. Занимаясь этой спортивной дисциплиной, вы сможете улучшить свою физическую форму, укрепить здоровье и, при необходимости, постоять за себя или своих близких. В поединке по борьбе участвует два атлета, которые используют различные борцовские приёмы. Греко-римская борьба (классическая) подразумевает борьбу двух соперников, применяющих захваты и приемы руками только выше пояса. Основная цель поединка — провести активные действия и положить соперника на лопатки. Тренировки приносят неоспоримую пользу. В процессе занятий дети учатся уважать друг друга на ковре и в жизни, уметь находить компромиссы в спорных ситуациях. Вместе делят горечь поражений и радость побед. Это закладывает хорошую основу для их физического и духовного развития.

Лёгкая атлетика

Сборная команда Климовичского района по легкой атлетике была неоднократным победителем и призером соревнований различного уровня.  
В 2019 году - Областная спартакиада школьников - 2 место.  
В 2020 году - Областная спартакиада школьников - 2 место.  
В 2021 году - Областная спартакиада школьников - 1 место.  
В 2022 году - Областная спартакиада школьников- 2 место.

В 2023 году – Областная спартакиада школьников – 4 место.

Гордостью отделения легкой атлетики являются: **Алексей Литвинчук**— Мастер спорта Республики Беларусь, **Кристина Осипенко** — Мастер спорта Республики Беларусь, **Татьяна Стефаненко** — Мастер спорта Республики Беларусь (неоднократные победители областных и республиканских соревнований по легкой атлетике, участники международных соревнований).  
  
Юных легкоатлетов тренирует 1 тренер-совместитель Кордабнёва Инна Александровна, с охватом 19 учащихся. Тренер имеет 2-ую квалификационную категорию.

Учебно-тренировочные занятия проходят на базах общеобразовательных школ.

  

Оптимальный возраст для начала занятий лёгкой атлетикой - 9 лет.

Легкая атлетика - одна из самых популярных и распространенных видов спорта, объединяющая огромное количество дисциплин и упражнений. Этот вид спорта развивает силу, выносливость, скорость, координацию, гибкость и ловкость, принося множество преимуществ для тела и здоровья.

Легкая атлетика является одним из старейших видов спорта, ее история начинается еще в древней Греции, где соревнования в беге, прыжках и метании были очень популярны. С тех пор легкая атлетика претерпела множество изменений и развилась в многообразие дисциплин, которые можно разделить на три основные категории: бег, прыжки и метания.  
  
Бег является одной из самых популярных дисциплин легкой атлетики. Заниматься бегом полезно для сердечно-сосудистой системы, легких и мышц. Кроме этого, бег является отличной кардиотренировкой, которая помогает сжигать калории и поддерживать вес в норме. В легкой атлетике есть несколько видов бега, от коротких и быстрых дистанций до марафонских забегов.

Прыжки - это также очень важная дисциплина легкой атлетики. Она развивает силу, гибкость и координацию. Прежде всего, это прыжки на высоту, прыжки в длину и тройной прыжок.  
  
Метания - это третья основная дисциплина легкой атлетики. Здесь важно точно метать различные предметы, такие как молот, диск и копье. Метания развивают силу рук и спины, улучшают координацию и отлично подходят для тренировки мышц верхней части тела.  
  
Вот несколько причин, почему легкая атлетика полезна для здоровья:  
1. Отличный способ улучшить работу сердечно-сосудистой системы и укрепить сердце. Регулярные тренировки помогают увеличить жизненную ёмкость легких и улучшить кровообращение.  
2. Легкая атлетика может помочь вам сбросить излишний вес и укрепить суставы, так как многие упражнения направлены на тренировку мышц и улучшение суставной мобильности.  
3. Регулярные тренировки легкой атлетики помогают развить выносливость,

улучшить силу и энергию. Это может помочь вам повысить производительность в работе или повседневных делах.

4. Успешные результаты в спорте помогаю стать более уверенным, ощутить собственную значимость и превосходство. Это может проявиться не только в спорте, но и в других сферах жизни.  
5. Легкая атлетика требует дисциплины и терпения, чтобы достичь поставленных целей. Регулярные тренировки могут помочь вам укрепить эти качества и применить их в других сферах жизни.  
В целом, легкая атлетика - отличный способ улучшить здоровье, повысить уверенность в себе укрепить дисциплину и терпение. Независимо от вашей цели, занятия легкой атлетикой могут помочь вам достичь ее и улучшить своё физическое состояние.

Кроме того, легкая атлетика является не только физическим, но и умственным видом спорта. Чтобы добиться высоких результатов в легкой атлетике, необхо­димо уметь сочетать физические упражнения с тактическими решениями и страте­гиями. Это способствует развитию комплексного мышления и улучшает функции мозга.  
  
Легкая атлетика - это отличный способ поддерживать форму и здоровье, создавать физическую выносливость и готовиться к соревнованиям. Она подходит для людей любого возраста и уровня подготовки, и остается одним из самых популярных видов спорта в мире. Если вы еще не занимались легкой атлетикой, то это отличный момент, чтобы начать!

