**Цель:** приобщить учащихся к здоровому образу жизни, сформировать навыки, позволяющие получить высокие спортивные результаты в лыжных гонках.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- познакомить учащихся с техническими приемами лыжных гонок;

- сформировать представление об оздоровлении организма и улучшении самочувствия;

- расширить знания и умения в области лыжных гонок;

- сформировать умение применять технические и тактические приёмы лыжных гонок;

- познакомить с правилами регулирования своей физической нагрузки.

**Развивающие:**

- развивать навыки коллективной работы и дисциплины;

- развивать физические и психические качества, обеспечивающие высокую дееспособность;

- способствовать развитию произвольного внимания, памяти, наблюдательности, находчивости, быстроты реакции, индивидуальности и выдержки.

**Воспитательные:**

- прививать устойчивый интерес к занятиям;

- формировать социально-трудовые компетенции: воспитание трудолюбия, самостоятельности, умения доводить начатое дело до конца;

- воспитывать морально-волевые качества.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Лыжная подготовка» относится к физкультурно-спортивной направленности. Данная программа позволит детям 7-18 лет гармонично физически развиваться, укрепить здоровье, освоить основы техники передвижения на лыжах.