

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр развития творчества детей и юношества г. Покров»**

601120, Владимирская область,
г. Покров, ул. III Интернационала д. 52
Тел./факс (49243) 6 – 12 – 16

e – mail: dt-pokrov@yandex.ru
<http://www.dt-pokrovedusite.ru/>

АННОТАЦИЯ

**к Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности, базового уровня.**

«Каратэ-до».

Автор – составитель программы: Неровнов Александр Викторович - педагог
дополнительного образования

Вид финансирования: Бюджет

Направленность программы: Художественная

Уровень программы: Базовый

Возраст учащихся: 5 – 17 лет

Срок реализации программы: 5 лет

Количество часов 1 год : 172 часов, 2 год : 172 часов, 3 год – 174 часов, 4 год -174 часов, 5
год – 175 часов

Форма занятий: Групповая

Цель программы: создание условий для физического, нравственного и
духовного формирования личности на основе обучения каратэ-до.

Задачи программы: дать знания по истории возникновения и развития каратэ-до;
способствовать освоению техники каратэ-до; развивать основные двигательные качества:
силу, гибкость, выносливость, скоординированность движений; способствовать
оптимизации физического развития учащихся в сочетании с нравственным воспитанием и
духовным развитием способствовать повышению устойчивости организма детей к
инфекционным, простудным заболеваниям; способствовать участию учащихся в
соревнованиях различного уровня; способствовать подготовке учащихся к выполнению
квалификационных нормативов; способствовать адаптации каждого ребенка в детском
коллективе; развивать у детей способность заниматься самостоятельно и в команде;
сформировать потребность в самостоятельных занятиях физической культурой;
сформировать у детей и подростков негативное отношение к вредным привычкам,
углубить знания по гигиене, обеспечивая многолетнее сохранение здоровья.