Аннотация
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Тхэквондо»

1.Направленность:
Физкультурно-спортивная
2. Адресность:
Для учащихся 1-4 классов
3. Сроки реализации:
Программа рассчитана на 1 год обучения, из расчёта 6 часа в неделю и включает в себя 36 учебных недель.
4. Особенности реализации программы:
Данная программа предназначена для детей младшего школьного возраста и включает в себя: общую физическую подготовку с элементами тхэквондо, специальную физическую подготовку, подвижные игры. Занятия в секции направлены на совершенствование конкретных двигательных действий, развитие двигательных способностей, формирование умений самостоятельно тренироваться и осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность. Небольшой объем статических усилий и нагрузок в игре благотворно влияет на рост юных спортсменов. Количество занимающихся в группе не менее 15 человек.
5.Оценка достижения планируемых результатов:
Участие в спортивных соревнованиях, сдача норм ГТО.