

Аннотация  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
«Тхэквондо»

<b>1.Направленность:</b>
Физкультурно-спортивная
<b>2. Адресность:</b>
Для учащихся 1-4 классов
<b>3. Сроки реализации:</b>
Программа рассчитана на 1 год обучения, из расчёта 4 часа в неделю и включает в себя 37 учебных недель.
<b>4. Особенности реализации программы:</b>
<p>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.</p> <p>Количество занимающихся в группе не менее 15 человек.</p>
<b>5.Оценка достижения планируемых результатов:</b>
Участие в спортивных соревнованиях, сдача норм ГТО.