

# Аннотация к программе

**Целью** программы является обучение детей основам тхэквондо, развитие физических и морально-волевых качеств, воспитание гармонически развитой личности.

## **Задачи.**

### **Первый год обучения**

#### **Воспитание моральных качеств и духовное развитие детей посредством:**

- знакомства с историей единоборств;
- обучения этикету и правилам поведения на тренировочных занятиях;
- развития индивидуальности и личного стиля выступления на соревнованиях.

#### **Развитие физических качеств детей с помощью:**

- укрепления общего физического состояния организма;
- освоения необходимых двигательных навыков (10-9-8 кып);
- развития умения быстро реагировать на постоянно меняющуюся ситуацию в спарринге.

#### **Воспитание и развитие у детей таких личностных качеств, как:**

- волевая активность;
- вера в свои силы;
- дисциплинированность, ответственность;
- навыки культурного общения друг с другом, в коллективе.

Формирование коллективной ответственности детей и родителей.

### **Ожидаемые результаты и способы их проверки**

По окончании первого года обучения дети будут знать:

- спортивную терминологию;
- правила соревнований;
- этикет общения с педагогом, правила поведения на тренировке и в детском коллективе.

Они будут уметь:

- выполнять основные базовые удары, блоки и их комбинации;

- самостоятельно выполнять формальные комплексы (пхумсэ);
- работать с соперником.

Дети овладеют навыками:

- психологической концентрации;
- мышечного напряжения и расслабления;
- спарринговой координации;
- общения в коллективе.

Для отслеживания и контроля результатов обучения по каждой из ступеней проводятся:

- открытые уроки;
- показательные выступления;
- аттестации;
- соревнования.