

АНОТАЦИЯ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ
ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОМУ ОБРАЗОВАНИЮ
“ ШОТОКАН КАРАТЕ”

Составитель данной рабочей программы: **Чириков Дмитрий Юрьевич**

Контингент обучающихся: **5-14 лет**

Целью учебного процесса - общее обучение основным навыкам каратэ-до.

Задача через учебно-тренировочный процесс воспитать достойного гражданина Отечества, здорового как физически так и нравственно.

Задачи курса:

- развитие познавательного процесса.

- развитие качеств личности: активность, самоуверенность, развитие силы и ловкости

-умение передавать свои знания желающим

-формирование специальных знаний и умений

-культура поведения, уважение к старшим, культура ухода за своим телом

-формирование здорового образа жизни, всестороннее развитие человеческого тела и духа

Данная программа дает детям знания не только о каратэ как виде спорта, но и отдельно уделяется особое внимание оздоровительным аспектам каратэ: растяжке, ловкости, гибкости, выносливости и т.д. направленным на поддержание общей физкультурной работы школы.