

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Растём до Чемпионов» по каратэ

Данная программа имеет физкультурно-спортивную направленность, рассчитана на детей в возрасте от 6 до 17 лет. Срок реализации 4 года. Каратэ дает огромные возможности для формирования таких нравственных качеств как терпение, настойчивость, доброта, снисхождение, самообладание и самоуверенность, что очень важно для подростка. Ознакомление с философией и историей каратэ воспитывает у детей желание помочь слабому, постоять за справедливость, защитить отечество. Главное преимущество каратэ состоит в том, что в упражнениях задействованы практически все группы мышц и системы организма, а это обеспечивает гармоничное развитие личности.

Спортсмен при изучении разделов сдает экзамен, после которого получает заслуженный КЮ, каждому КЮ соответствует свой пояс.

Группа комплектуется из детей – мальчиков и девочек. Для зачисления необходим медицинский допуск к занятиям (медицинская справка, к первому занятию), анкета-заявление от родителя (законного представителя). Программа первого, второго и третьего годов обучения рассчитана на 144 часа в год: 2 раза в неделю по 2 часа, программа четвертого года обучения рассчитана на 432 часа в год: 4 раза в неделю по 3 часа. Программа рассчитана на группы:

1 года обучения (1 модуль) - спортивно-оздоровительные группы, возраст детей от 6 до 9 лет. На данное направление программы принимаются дети прошедшие обучение по программе «Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по каратэдо» (минимум один год), в течение учебного года возможен донабор (новичков) при условии наличия вакантных мест.

2 года обучения (2 модуль) - группы начальной подготовки первого года обучения, основной возраст обучающихся – 9-10 лет, на данное направление программы принимаются дети прошедшие обучение по программе: «Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по каратэдо» (минимум 1-2 года), в течение учебного года возможен прием (новичков) обучающихся при условии наличия вакантных мест.

3 года обучения (3 модуль) - группы начальной подготовки второго года обучения, основной возраст обучающихся – 11-12 лет, данная группа формируется по результатам выполнения требований ОФП. В течение учебного года возможен приём обучающихся при условии наличия вакантных мест и наличия у обучающегося спортивного разряда по данному виду спорта.

4 года обучения (4 модуль) - учебно-тренировочные группы. Основной возраст обучающихся – 13-17 лет, данная группа формируется по результатам выполнения требований ОФП. В течение учебного года возможен приём обучающихся при условии наличия вакантных мест и наличия у обучающегося спортивного разряда по данному виду спорта.