

Аннотация к дополнительной общеобразовательной программе
– дополнительной общеразвивающей программе
«Тхэквондо»

Данная программа по Тхэквондо реализует формирование устойчивого интереса к систематическим занятиям избранным видом спорта, включая достижение цели и задач.

Программа направлена на создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной специализации; его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества с взрослыми, сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности; на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.

Цель: формирование здорового образа жизни, укрепление здоровья и физическое развитие дошкольников через обучение тхэквондо.

Задачи:

Обучающие:

- познакомить с историей тхэквондо;
- изучить базовую технику ударов руками и ногами;

Развивающие:

- укрепление здоровья, физическое развитие и повышение работоспособности обучающихся;
- развитие мотивации и положительного отношения ребенка к занятиям;
- развитие специальных качеств (выносливости, быстроты, ловкости, силы, координации движений);

Воспитательные:

- воспитание трудолюбия, сознательной дисциплины, внимания, настойчивости и волевых качеств;
- воспитание стремления к здоровому образу жизни;
- привитие стойкого интереса к занятиям физкультурой и спортом;
- воспитание культуры поведения в коллективе.

Ожидаемые результаты:

Предметные:

- сформированы знания об истории тхэквондо;
- сформированы умения правильно выполнять различные физические упражнения и основные технико-тактические упражнения;

Личностные:

- сформирована мотивация к занятиям тхэквондо, понимание необходимости здорового образа жизни

Метапредметные:

- развиты коммуникативные навыки, умение свободно общаться с окружающими.
- развиты внимание, память, мышление, воображение, выносливость, быстрота, сила, реакция, ловкость;

Оздоровительные, лечебные и гигиенические аспекты организации дошкольников при занятиях Тхэквондо благотворно влияет на организм ребенка. Занятия в спортивном зале и решение задач двигательной активности – неотъемлемый фактор гармоничного развития любого человека.

Данная программа составлена с учетом возрастных физиологических и психологических особенностей мальчиков и девочек дошкольного возраста.

Рабочая программа содержит физические упражнения, которые положительно влияют и развивают все основные физические качества (сила, скорость, выносливость, гибкость, ловкость, координация). Программа рассчитана на обучение детей базовым умениям и навыкам избранного вида спорта - Тхэквондо.

В нашей стране Тхэквондо занимаются люди различных возрастов, однако основная масса нашего избранного вида спорта, которая тренируется и принимает участие в соревнованиях – это дети дошкольного и школьного возрастов.