

Аннотация
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности
«Каратэ для малышей»

Дополнительная общеразвивающая программа «Каратэ для малышей» - физкультурно-спортивной направленности, ориентирована на:

- удовлетворение индивидуальных потребностей обучающихся в физическом совершенствовании;
 - формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию свободного времени обучающихся;
 - адаптацию обучающихся к жизни в обществе;
 - профессиональную ориентацию обучающихся;
 - выявление, развитие и поддержку обучающихся, проявивших выдающиеся способности;
 - удовлетворение иных образовательных потребностей и интересов обучающихся, не противоречащих законодательству РФ, осуществляемых за пределами федеральных государственных образовательных стандартов и федеральных государственных требований.
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни дошкольников.

Цель: развитие у детей физических и психологических качеств, используя элементы техники каратэ.

Задачи программы:

Обучать базовой технике каратэ.

Развивать физические качества в соответствии с требованиями программы.

Воспитывать психологические качества, культурно-гигиенические навыки. Сохранять и укреплять физическое и психическое здоровье детей. Формировать потребность в двигательной активности и начальные представления о здоровом образе жизни.

Каратэ является отличной системой психофизической подготовки и направляют в нужное русло бьющую через край детскую энергию: они занимаются гимнастикой, растяжкой, развивают память и внимательность, учатся дисциплине, преодолевают собственную лень и амбиции. Программа направлена на гармоничное развитие личности, на формирование у воспитанников спортивных навыков, что способствует повышению общей культуры ребенка. Приобщение детей к спорту с помощью каратэ изменит их образ жизни и возможно у некоторых ребят возникнет стойкое увлечение спортом, что позволит им достигать различных спортивных результатов в будущем.

Данная образовательная программа рассчитана на 1 год, предназначена для детей средней группы (4-5 лет). В детском саду предусмотрены все условия для реализации этой программы: наличие разновозрастных групп детей, наличие спортивного зала с необходимым инвентарем.