Дополнительная общеразвивающая программа
«ОФП с элементами тхэквондо»
реализуется в спортивной секции «Тхэквондо»

Тренер секции – старший тренер-преподаватель Крашенинников Денис Александрович

Понимание воспитательной ценности физической культуры – важное условие процесса физического воспитания детей и формирования их умений самостоятельного овладения ценностями физической культуры, отношения к здоровому образу жизни, потребности двигательной активности.

Программа «Общая физическая подготовка с элементами тхэквондо» имеет физкультурно-спортивную направленность.

Данная программа предназначена для детей младшего школьного возраста и включает в себя: общую физическую подготовку с элементами тхэквондо, специальную физическую подготовку, подвижные игры и т.д. Она предусматривает проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий. Содержание учебно-тренировочной работы в секции отвечает требованиям данной программы с учетом местных условий и индивидуальных особенностей детей.

Нормативный срок реализации программы 1 год.

Адресат программы: обучающиеся 5 – 8 лет.

Документ программы