

ПРОГРАММА «ТХЭКВОНДО ДЛЯ МАЛЫШЕЙ»

ДЛЯ ДЕТЕЙ 3-6 ЛЕТ

Педагог: Болтухова Ольга Викторовна

Высшее образование. Окончила курсы повышения квалификации НГУ им. Лесгафта по теории и методике тренировки в СБЕ. Судья третьей категории по тхэквондо (ИТФ).

В программе:

- Формирование системы знаний, умений и навыков по основам Тхэквондо.
- Обучение правильному дыханию во время выполнения упражнений.
- Развитие эмоциональных качеств занимающегося средствами Тхэквондо.
- Развитие скоростных, силовых и координационных способностей ребенка.
- Развитие гибкости и выносливости, обусловленные возрастными особенностями.
- Воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим (доброжелательность, чувство товарищества).
- Воспитание нравственных и волевых качеств, необходимых для спортивных результатов.



ЗАНЯТИЯ ПЛАТНЫЕ

Стоимость 2000 руб/мес

РЕЖИМ ЗАНЯТИЙ:

2 раза в неделю
по 35 минут

Программа рассчитана
на 1 год обучения

После окончания обучения все желающие переводятся в группу «Тхэквондо» и **ЗАНИМАЮТСЯ БЕСПЛАТНО.**

СПОРТИВНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ ОТДЕЛ

Программа «Тхэквондо для малышей» имеет физкультурно-спортивную направленность, предполагает овладение детьми основами физической культуры, физического воспитания, а также улучшение физической подготовки и укрепление здоровья в процессе выполнения физических упражнений и основ Тхэквондо.

Программа адаптирована для детей 3-6 летнего возраста и отвечает запросам родителей, т.к. большая часть времени отводится игровым упражнениям при их общей направленности на развитие двигательных и психических качеств занимающихся.

Занятия спортом – важный элемент в жизни любого ребенка. Занятия Тхэквондо готовят ребенка к физическим и умственным нагрузкам, которые дают современные формы обучения в школе. С начальных этапов занятий тхэквондо ребенок привыкает к дисциплине, распорядку, самоконтролю, начинает проявляться интерес к процессу обучения.



**Педагог - Болтухова
Ольга Викторовна.**
Тел. +7(931)-970-97-24

Группа ВКонтакте
<https://vk.com/tkdctio>

