**Аннотация**

**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе**

**физкультурно-спортивной направленности «Тхэквондо (ВТФ)»**

Представленная программа направлена на реализацию принципа вариативности, задающего возможность подбирать содержание учебного материала в соответствии с возрастными особенностями обучающихся, материально-технической оснащенностью учебно-тренировочного процесса. Программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания обучающихся на протяжении всего периода обучения, формируя целостное представление детей о физической культуре, ее возможностях в улучшении состояния здоровья.

**Актуальность** программы обусловлена положительным оздоровительным эффектом, компенсацией недостаточной двигательной активности современных детей и подростков, формированием и совершенствованием двигательных умений и навыков наряду с оптимизацией развития физических качеств, совершенствованием функциональных возможностей организма и повышением работоспособности.

**Цель**. Обеспечение разностороннего физического развития и укрепление здоровья обучающихся посредством занятий тхэквондо.

**Задачи**:

популяризация тхэквондо и привлечение максимального количества детей и подростков к систематическим занятиям физической культурой и спортом

укрепление здоровья обучающихся средствами физической культуры

обеспечение общефизической подготовки

овладение основами данного вида спорта

привитие навыков соблюдения спортивной этики, дисциплины

воспитание личностных качеств спортсмена

всестороннее развитие физических способностей обучающихся

**Адресат программы.** Программа рассчитана для мальчиков и девочек в возрасте от 6 до 18 лет, не имеющих медицинских противопоказаний.

**Направленность программы**: физкультурно-спортивная

**Уровень программы:** ознакомительный

**Вид программы:** модифицированная (в основу Программы положена примерная программа спортивной подготовки по тхэквондо (ВТФ) для образовательных учреждений (автор - Головихин В.Г, мастер спорта международного класса, Заслуженный тренер РФ).

**Срок обучения.** Данная программа рассчитана на 1 год обучения (84 часа).

**Форма организации занятий** – очная, групповая (индивидуальная и самостоятельная работа).

**Форма проведения занятия (вид):** учебные занятия; открытые занятия; соревнования

**Комплектование групп**: группы формируются с учетом возрастных особенностей детей.

**Режим занятий** - 2 раза в неделю по 45 минут академических.

**Условия для зачисления:** на обучение принимаются дети, без специального уровня подготовки и имеющие письменное разрешение врача для занятий физической культурой (справку о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группе для занятий физической культурой), медицинская справка формы № 086/у.

Сдача контрольно-тестовых упражнений по ОФП и/или СФП не предусмотрена.