АННОТАЦИЯ
к дополнительной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности
«КАРАТЭ: ПРОДВИНУТЫЙ КУРС»,
реализуемой в ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ» в текущем учебном году

Дополнительная общеразвивающая программа «Каратэ: продвинутый курс» направлена на углубленное изучение техники и философии традиционного боевого искусства для детей, уже имеющих базовую подготовку (не менее 2 лет обучения).

Обучение по данной программе дает обучающимся возможность не только повысить свое спортивное мастерство, но и укрепить здоровье, развить силу воли, уверенность в себе и дисциплину. Программа способствует формированию культуры здорового образа жизни и воспитывает морально-волевые качества через освоение сложной технической базы и участие в соревнованиях.

Программа **предназначена для учащихся в возрасте от 8 до 18 лет**, которые успешно прошли начальный этап подготовки и имеют зеленый пояс (6 кю) или выше. Срок реализации — 1 год.

Программа ориентирована на:

- Формирование навыков спортивного мастерства и судейства.
- Изучение сложных формальных комплексов (*ката*) Энпи, Джион, Канку-дай, Канку-шо и Ганкаку.
- Развитие тактики поединка (*кумитэ*) и индивидуальной стратегии ведения боя.
- Укрепление физического здоровья и психоэмоционального баланса.

Реализация программы осуществляется в формате тренировочных занятий, теоретических бесед и участия в спортивных мероприятиях. В результате освоения курса учащиеся должны продемонстрировать высокий уровень физической подготовленности, техническую грамотность и способность применять полученные знания в соревновательной деятельности.