АННОТАЦИЯ

к дополнительной общеразвивающей программе
физкультурно-спортивной направленности

«ТХЭКВОНДО»,

реализуемой в ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ» в текущем учебном году

Тхэквондо – древнекорейское боевое искусство, которое очень популярно в современном мире. Количество поклонников тхэквондо превышает 50 миллионов человек. Причина столь высокой популярности этого вида единоборства заключается в том, что корейские мастера смогли совместить древние принципы и методы тренировок с тенденциями современного спорта, что сделало тхэквондо уникальной системой саморазвития и физического воспитания, а также очень зрелищным и динамичным видом спорта.

Большая популярность тхэквондо объясняется его зрелищностью, высоким эмоциональным накалом спортивной борьбы и разносторонним воздействием на двигательные, психические и волевые качества человека.

Занятия этим видом спорта служат эффективным средством не только физического, но и нравственного совершенствования, гармоничного развития личности, так как тхэквондо формирует внутреннюю культуру человека, характер, дисциплину, волю, воспитывает коллективизм, развивает чувства обязательности и ответственности. Во время занятий тхэквондо у человека развиваются скорость мышления, интуиция, умение управлять своим телом и своими эмоциями, появляется уверенность в своих действиях.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность, направлена на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни и здоровья и ***предназначена детям от 6 до 16 лет***, желающим познакомится с философией тхэквондо и овладеть базовым техническим арсеналом этого вида боевого искусства. На первый год обучения принимаются все желающие – без отбора по физической или любой другой подготовленности.

При приеме в объединение, необходимо предоставить медицинское заключение об отсутствии противопоказаний к занятиям тхэквондо и согласие родителей (законных представителей) на зачисление в учебную группу по тхэквондо.