

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
**«Тхэквондо»**

Возраст обучающихся: 1-4 класс

Срок реализации: 9 месяцев

|  |  |
| --- | --- |
|  | Автор-составитель:Попов Андрей Андреевич,тренер- преподаватель по тхэквондо |

Калининград 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Описание предмета, дисциплины которому посвящена программа**

Разработанная программа применяется для обучения детей и подростков, занимающихся в секциях Тхэквондо.

Тхэквондо — это корейское боевое искусство, практикуемое сегодня людьми различных возрастов и с различными целями. Это вид спорта, боевое искусство и система самозащиты, учение о поддержании тела в порядке, а для многих занимающихся тхэквондо значит намного больше и является образом жизни. Тхэквондо является одним из Олимпийских видом спорта. Ежегодно правила по Тхэквондо обновляются, повышается технический уровень.

Тхэквондо в переводе с корейского буквально значит «Путь кулака и ноги». В отличие от ушу или японского кобудо, использующих разнообразные мечи, шесты и т.п., в Тхэквондо сделан упор на развитие возможностей человеческого тела, которое само по себе может являться достаточно грозным оружием.Тхэквондо — это корейское боевое искусство, практикуемое сегодня людьми различных возрастов и с различными целями. Это вид спорта, боевое искусство и система самозащиты, учение о поддержании тела в порядке, а для многих занимающихся тхэквондо значит намного больше и является образом жизни. Тхэквондо является одним из Олимпийских видом спорта. Ежегодно правила по Тхэквондо обновляются, повышается технический уровень.

Тхэквондо в переводе с корейского буквально значит «Путь кулака и ноги». В отличие от ушу или японского кобудо, использующих разнообразные мечи, шесты и т.п., в Тхэквондо сделан упор на развитие возможностей человеческого тела, которое само по себе может являться достаточно грозным оружием.

**Раскрытие ведущих идей, на которых базируется программа**

Ведущая идея программы – формирование площадки для развития юного поколения как духовно, так и физически.

**Описание ключевых понятий, которыми оперирует автор программы**

Тхэквондо — это корейское боевое искусство, практикуемое сегодня людьми различных возрастов и с различными целями.

Физические качества - это развитые в процессе воспитания и целенаправленной подготовки двигательные задатки человека, которые определяют возможность и успешность выполнения им определенной двигательной деятельности

**Направленность программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тхэквондо» имеет физкультурно- спортивную направленность

**Уровень освоения программы**

Данная программа учитывает возрастные особенности развития детей младшего школьного возраста, поэтому в процессе реализации большое внимание уделяется повышению жизнеспособности и сопротивляемости детского организма неблагоприятным факторам внешней среды, укреплению костной и мышечной систем, а также суставно-связочного аппарата. Дети входят в стадию личностного и профессионального самоопределения. С этой целью на занятиях уделяется внимание профессиональной ориентации интересов. Большое значение имеет реалистичное представление о мире профессий и адекватная оценка своих возможностей.

Уровень освоения программы – базовый.

**Актуальность образовательной программы**

Актуальность программы заключается в том, что тхэквондо официально включена в программу Олимпийских игр. Тхэквондо содержит различные комплексы упражнений, в том числе на развитие моторики, координации движений. Большую роль играет совершенствование духовного аспекта личности, так как весь учебно-тренировочный процесс, строится на культурных традициях, привнесённых с древних времён.

**Педагогическая целесообразность образовательной программы**

Программа составлена в соответствии с возрастными, психологопедагогическими особенностями обучающихся. Социальная и личностная адаптация, самореализация и самовыражение, обучение навыкам самостоятельных занятий физкультурой и спортом являются необходимой основой для дальнейшего развития физических качеств обучающихся и соблюдения здорового образа жизни.

**Практическая значимость образовательной программы**

Обучение тхэквондо может увеличить физическую силу и тонус мышц, уменьшить жировые отложения, улучшить состояние сердечно - сосудистой системы и выносливость, баланс и координацию, сократить стресс, улучшить концентрацию и фокус, повысить производительность в работе, школе или спорте, также занятия помогают добиться прогресса в достижении целей, улучшают самодисциплину и повышают уверенность в себе.

**Принципы отбора содержания образовательной программы**

- принцип гармоничного воспитания личности;

 принцип постепенности и последовательности в развитии физических качеств, от простого к сложному;

- принцип успешности;

- принцип соразмерности нагрузки уровню и состоянию здоровья сохранения ребенка;

- принцип физического развития;

- принцип доступности;

- принцип ориентации на особенности и способности ребенка - природосообразности;

- принцип индивидуального подхода;

- принцип практической направленности.

**Отличительные особенности программы**

Программа «Тхэквондо» разработана на основе материала в который включены общеразвивающие упражнения для основных групп мышц, упражнения для развития двигательных способностей, кроме того простейшие приемы передвижений и удары Тхэквондо (И.Т.Ф.). При организации обучения Тхэквондо (ИТФ) детей большая часть времени отводится игровым упражнениям при их общей направленности на развитие двигательных и психических качеств учащихся. Тренировка юных Тхэквондистов определяется изучением начальных основ техники и тактики, применения передвижений, ударов и подготовительных упражнений общего характера, избегая сложных движений и значительных повторений для лучшего усвоения материала.

**Цель образовательной программы**

Целью образовательной программы ««Тхэквондо» является создание условий для физического и духовного развития подрастающего поколения через занятия тхэквондо, поднять физический уровень занимающихся и научить их владению техники рук и ног для самообороны и выступлению на соревновательных мероприятиях.

**Задачи образовательной программы**

Образовательные:

1. Дать теоретические знания по истории возникновения и развития тхэквондо;
2. Разъяснить философию искусства; ⎫
3. Поэтапно освоить технические особенности в соответствии с требованиями STL и международной федерации тхэквондо.

Развивающие:

1. Развить потребность в постоянном самосовершенствовании посредством труда духовного и физического;
2. Совершенствовать физическую подготовку обучающихся посредством организации жизнедеятельности детей в соответствии с понятием «здоровый образ жизни»;
3. Развить основные двигательные качества: силу, скорость, гибкость, выносливость, координацию движений;
4. Подготовить занимающихся к выполнению квалификационных норм
5. Сформировать потребность в участии в соревнованиях различного уровня.

 Воспитательные:

1. Поставить четкие нравственные акценты и создать мотивации посредством изучения философии восточных единоборств;
2. Способствовать адаптации в коллективе;
3. Сформировать потребность в самостоятельных занятиях физической культурой и спортом.

**Психолого-педагогические характеристики обучающихся, участвующих в реализации образовательной программы**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа предназначена для детей 1-4 классов, группа формируется из числа обучающихся МАОУ гимназии № 22. Принцип формирования групп: свободный

**Особенности организации образовательной программы**

Программа объединения предусматривает групповые формы работы с детьми. Состав групп 15-25 человек.

Программа реализуется в рамках проекта «Губернаторская программа «Умная продленка» и является бесплатной для обучающихся. Группа формируется из числа учащихся 1-4 классов МАОУ гимназии №22.

В объединение принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний и прошедшие медицинский осмотр, допущенные врачом к занятиям физической культурой (справка). В группах может заниматься смешанный контингент из числа обучающихся образовательной организации.

**Форма обучения по образовательной программе**

Форма обучения – очная.

**Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**

Объём программы – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 40 (45) минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

**Объем и срок освоения образовательной программы**

Срок реализации программы – 9 месяцев.

Объём программы – 72 часа.

**Основные методы обучения**

Основными формами проведения занятий являются тренировка и игра.

Инструкторская и судейская практика.

Проведение с обучающимися общеразвивающих упражнений и подвижных игр.

Судейство соревнований в своей секции.

Контрольные испытания, соревнования.

Экскурсионные занятия.

Посещение городских спортивных мероприятий.

# Планируемые результаты

Личностные

* волевые и нравственные качества будут более выражены
* ребенок приобретет позитивный опыт работы в коллективе
* учащиеся начнут осознавать собственные потребности в здоровом образе жизни;

Метапредметные

* эмоциональные качества детей будут более развиты
* скоростные, силовые и координационные способностей ребенка будут более развиты;
* гибкость и выносливость будут развиты в пределах возрастных особенностей

**Механизм оценивания образовательных результатов**

Оценивание образовательных результатов проходит в форме наблюдения педагога за процессом детской практической деятельности в течение всего времени освоения программы. Для отслеживания знаний, умений и навыков у воспитанников разработаны критерии и дана характеристика уровней.

Уровни сформированности творческой активности воспитанников в различных видах деятельности:

 Высокий уровень: ребенок самостоятельно, без ошибок справляется с заданием

Достаточный уровень: ребенок самостоятельно справляется с заданием, допуская ошибки;

Средний уровень: ребенок выполняет задания с помощью взрослого; Низкий уровень: ребенок даже с помощью взрослого допускает ошибки в выполнении заданий

**Формы подведения итогов реализации программы**

Показателем успешного прохождения каждого этапа обучения служат результаты сдачи контрольных нормативов на соответствующие пояса. На протяжении всего процесса обучения выполняется входящий, текущий и итоговый контроль.

После комплектации групп педагогом проводится входящий контроль посредством тестирования основных физических качеств. Результаты тестирования записываются, но отбор на основании них не ведется, так как программа «Тхэквондо» носит физкультурно-спортивную (оздоровительную) направленность и главным критерием приёма в секцию служит отсутствие противопоказаний для занятий, подтверждённое медицинской справкой.

На протяжении занятий ежемесячно происходит текущий контроль посредством промежуточных тестирований отдельных элементов ОФП (общей физической подготовки) и СФП (специальной физической подготовки) в конце месяца.

Сдача контрольных нормативов происходит 2 раза в год после окончания полугодия (промежуточное) и в конце года (итоговое тестирование) в форме контрольного тестирования. На основании результатов тестов можно проследить динамику совершенствования физических качеств. За основу берутся базовые нормативы по физической культуре, соответствующие возрастным особенностям обучающихся. Данные тестирования заносятся в журнал, а последующее тестирование показывает, произошло ли улучшение физической подготовленности. Для каждого этапа обучения нормативы носят индивидуальный характер, соответствующий уровню физической подготовки и возрастным особенностям.

**Организационно-педагогические условия реализации программы**

Качество реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Тхэквондо» физкультурно-спортивной направленности обеспечивается за счет:

* доступности, открытости, привлекательности для детей и их родителей (законных представителей) содержания программы;
* наличия комфортной развивающей образовательной среды;
* наличия качественного состава педагогических работников, имеющих среднее профессиональное или высшее образование, соответствующее профилю преподаваемого учебного материала;
* применение современных педагогических технологий.

**Материально-технические условия. (обеспечение).**

Для реализации данной программы имеется помещение, отвечающее требованиям СанПиН. Развивающая предметно-пространственная среда включает соответствующую мебель, оснащение, оборудование и материалы.

Скакалки – 15-25 шт

Мячи – 15 – 25 шт

Татами (дадьянг) и гимнастические маты

Гимнастические скамейки

 Гимнастические стенки и перекладины

Каждый обучающийся должен иметь индивидуальную экипировку: до бок – костюм для занятий тхэквондо; шлем, перчатки, капу, щитки на голень, щитки на предплечье, футы, бандаж; лапу (ракетку) или макивару для отработки ударов.

**Кабинет, соответствующий санитарным нормам СанПин.**

Спортивный зал с нескользящим половым покрытием, оснащенный раздевалками и соответствующий санитарно-гигиеническим нормам.

**Кадровые.**

Реализацию программы осуществляет педагог, имеющий высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование, без предъявлений требований к стажу работы.

Согласно внутренним правилам международной федерации Taekwon-Do ITF (Тхэквондо МФТ) все преподаватели должны иметь действующую на текущий год международную инструкторскую лицензию (International instructors plaque).

**Оценочные и методические материалы**

Вся оценочная система делится на три уровня сложности:

1. Обучающийся может ответить на общие вопросы по большинству тем, с помощью педагога может построить и объяснить принцип работы одной из установок (на выбор).

2. Обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения. Может самостоятельно построить и объяснить принцип действия и особенности любой из предложенных ему установок.

3. Обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения. Может самостоятельно построить и объяснить принцип действия и особенности любой из предложенных ему установок. Но, располагает сведениями сверх программы, проявляет интерес к теме. Проявил инициативу при выполнении проекта. Вносил предложения, имеющие смысл.

Кроме того, весь курс делится на разделы. Успехи обучающегося оцениваются так же и по разделам:

 - Теория;

 - Практика;

**Методическое обеспечение**

*Методы, в основе которых располагается уровень деятельности учащихся:*

-репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности.

объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;

*Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:*

- наглядный (работа по образцу и др.);

- практический (выполнение работ по инструкции) - словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т.д.).

*Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности обучающихся на занятиях:*

При осуществлении образовательного процесса применяются следующие методы:

- репродуктивный (для формирования умений, навыков и способов деятельности);

- словесный: рассказ, объяснение, беседа, лекция (для формирования сознания); - стимулирования (соревнования, поощрения)

**Уровневая дифференциация образовательной программы**

Уровневым показателем данной программы является личностно - ориентированный подход по освоению учебного материала, обуславливающий развитие у обучающихся целостной системы ценностных ориентаций.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

**Раздел 1. Вводное занятие (1 час)**

1. Правила поведения на занятиях, в раздевалке - 1 час

**Раздел 2. Подвижные и развивающие игры (8 часов)**

1. Изучить правила подвижных игр в парах и группах. Подвижные игры в парах - 1 час
2. Подвижные игры в группах. Педагогическое наблюдение, заполнение диагностических карт - 1 час
3. Подвижные игры в группах - 1 час
4. Изучить правила развивающих игр в парах и группах. Развивающие игры в парах - 1 час
5. Развивающие игры в парах - 1 час
6. Развивающие игры в группах - 1 час
7. Развивающие игры в группах - 1 час
8. Развивающие игры с предметом - 1 час

**Раздел 3. Общеразвивающие упражнения (8 часов)**

1. Упражнения для развития силы - 1 час
2. Упражнения для развития выносливости - 1 час
3. Упражнения для развития прыгучести - 1 час
4. Упражнения для дыхания - 1 час
5. Упражнения для осанки - 1 час
6. Упражнения для развития скорости движений - 1 час
7. Упражнения для развития гибкости - 1 час
8. Упражнения для развития чувства равновесия - 1 час

**Раздел 4. Общая физическая подготовка и основы Тхэквондо (10 часов)**

1. Изучить заповеди Тхэквондиста. Рдк- сила - 1 час
2. Повторить заповеди Тхэквондиста. Укрепление мышечного каркаса туловища - 1 час
3. Развитие мышц нижних конечностей. Рдк-гибкость - 1 час
4. Развитие мышц верхних конечностей. Рдк-скорость - 1 час
5. Укрепление мышечного каркаса туловища. Рдк-сила - 1 час
6. Развитие мышц нижних конечностей. Рдк-прыгучесть. - 1 час
7. Упражнения для укрепления мышечного каркаса туловища. Открытое занятие. - 1 час
8. Развитие мышц верхних конечностей. - 1 час
9. Развитие мышц верхних конечностей. Рдк-скорость - 1 час
10. Укрепление мышечного каркаса туловища. - 1 час

**Раздел 5. специальная физическая подготовка и терминология Тхэквондо (10 часов)**

1. Изучить основные команды (приготовиться, приступить к выполнению, завершить упражнение, сменить фронтальность). - 1 час
2. Изучить названия уровней. Статические упражнения для развития баланса. - 1 час
3. Повторить правила поведения на занятии и в раздевалке. Динамические упражнения для развития баланса. - 1 час
4. Изучить названия и технику выполнения основных стоек. - 1 час
5. Повторить названия и технику выполнения основных стоек. - 1 час
6. Статические упражнения для развития баланса. Упражнения для контроля дыхания. - 1 час
7. Динамические упражнения для развития баланса. Развитие прыгучести. - 1 час
8. Упражнения для правильного выполнения ударов и других действий ногами и руками. Педагогическое наблюдение, заполнение диагностических карт - 1 час
9. Упражнения для правильного выполнения ударов и других действий ногами и руками. - 1 час
10. Упражнения для правильного выполнения ударов и других действий ногами и руками. - 1 час

**Раздел 6. Техника выполнения движений руками. (10 часов)**

1. Изучить названия атакующих и блокирующих частей руки (кулак, передняя часть кулака, предплечье). - 2 час
2. Повторить названия атакующих и блокирующих частей руки (кулак, передняя часть кулака, предплечье). - 2 часа
3. Прямой удар кулаком - 2 часа
4. Нижний блок предплечьем - 2 часа
5. Комбинации из блоков и ударов - 2 часа

**Раздел 7. Техника выполнения движений ногами (9 часов)**

1. Изучить названия атакующих частей ноги (основание пальцев стопы). Мах прямой ногой вперед и назад. Изучение правил судейства в тхэквондо. Открытое занятие. – 2 часа
2. Мах прямой ногой вперед и назад - 1 час
3. Прямой удар ногой – 2 часа
4. Удар ногой сверху вниз снаружи - 2 часа
5. Комбинации из ударов ногами – 2 часа

**Раздел 8. Технические комплексы.**

1. Изучить понятие туль (технический комплекс). Саджу-Чируги - 1 час
2. Саджу-Чируги - 1 час
3. Саджу-Чируги - 1 час
4. Саджу-Чируги - 1 час
5. Саджу-Чируги - 1 час
6. Саджу-Чируги - 1 час

 **Раздел 9. Условный спарринг.**

1. Изучить виды условных спаррингов (поединок с заранее оговоренными движениями). Условный спарринг на 3 шага(атака) - 1 час
2. Условный спарринг на 3 шага(защита) - 1 час
3. Условный спарринг на 3 шага без противника - 1 час
4. Условный спарринг на 3 шага без противника. Открытое занятие - 1 час
5. Всей семьей на активный выходной. Занятие с родителями - 1 час

**Раздел 10. Соревнования.**

1. Соревнования - 4 часа

**Раздел 11. Итоговое занятие.**

1. Зачетное занятие для получения пояса. Подведение итогов года. – 1час

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Название раздела, тема | Количество часов | Формы аттестации контроля |
| всего | теория | практика |
| 1 | Вводное занятие. | 1 | 1 |  |  |
| 2 | Подвижные и развивающие игры | 8 | 1 | 7 |  |
| 3 | Общеразвивающие упражнения  | 8 | 3 | 5 |  |
| 4 | ОФП и основы Тхэквондо.  | 10 | 5 | 5 | Зачет |
| 5 | СФП и терминология Тхэквондо.  | 10 | 4 | 6 | Зачет |
| 6 | Техника выполнения движений руками.  | 10 | 4 | 6 | Зачет |
| 7 | Техника выполнения движений ногами.  | 9 | 4 | 5 | Зачет |
| 8 | Технические комплексы.  | 6 | 1 | 5 | Зачет |
| 9 | Условный спарринг.  | 5 |  | 5 | Спарринг |
| 10 | Соревнования  | 4 |  | 4 | Соревнования.Открытые мероприятия для родителей. |
| 11 | Итоговое занятие  | 1 |  | 1 | Выполнение тестов |
|  | Итого | 72 | 23 | 49 |  |

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Режим деятельности | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности«Тхэквондо» |
| 1 | Начало учебного года | с 01.09.2023 года |
| 2 | Продолжительность учебного периода | 36 учебных недель |
| 3 | Продолжительность учебной недели | 5 дней |
| 4 | Периодичность учебных занятий | 2 раза в неделю |
| 5 | Количество занятий | 72 занятия |
| 6 | Количество часов | 72 часа |
| 7 | Окончание учебного года | 20.05.2024 года |
| 8 | Период реализации программы | с 01.09.2023 года по 20.05.2024 года |

**Рабочая программа воспитания** содержит:

Воспитание – это целенаправленное управление процессом развития личности. Воспитательные задачи связаны с ориентацией обучающихся на критерии добра и зла, постановка их в ситуации нравственного выбора и конкретизация нравственных норм в реальной жизни. Тренер-преподаватель решает поставленные задачи в соответствии со спецификой возраста обучающихся и взаимоотношений внутри учебной группы (команды), учитывая при этом индивидуальные особенности каждого обучающегося. Основным в воспитательной работе является содействие саморазвитию личности, реализации её творческого потенциала, обеспечение активной социальной защиты ребенка, создание необходимых и достаточных условий для активизации усилий обучающихся по решению собственных проблем.

Функции тренера-преподавателя при построении воспитательной работы в коллективе:

- организация разнообразной деятельности в группе;

- забота о развитии каждого обучающегося;

- помощь в решении возникающих проблем.

Основой формирования коллектива является цель, достижению которой подчинена деятельность его членов. Намеченная цель должна показывать коллективу возможности развития и перспективы. В спорте такой перспективой будет победа в матче, турнире, первенстве. Достижение одной цели должно сопровождаться постановкой другой, более сложной. Только в этом случае возможно поступательное развитие коллектива.

Воспитательная работа осуществляется как в процессе учебно-тренировочных занятий и соревнований, так и во внеурочное время в форме бесед, лекций, экскурсий, участия в различных праздниках, физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятиях. В течение всего года ведется работа по формированию сознательного и добросовестного отношения к учебно-тренировочным занятиям, привитию организованности, трудолюбия и дисциплины.

Содержание сотрудничества тренера - преподавателя с родителями включает три основных направления:

- психолого-педагогическое просвещение родителей (родительские университеты, индивидуальные и тематические консультации);

- вовлечение родителей в учебно-воспитательный процесс (дни творчества детей и их родителей, открытые уроки, шефская помощь, совместные мероприятия детей и родителей);

В работе с юными спортсменами применяется широкий круг средств и методов воспитания.

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство тренера;

- высокая организация учебно-тренировочного процесса;

- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;

- дружный коллектив;

- система морального стимулирования;

- наставничество опытных спортсменов

Воспитательная работа должна создавать условия для самосовершенствования и саморазвития, самоактуализации каждого обучающегося. Особенно важное значение имеет самовоспитание волевых качеств личности, формирование спортивного характера.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Название мероприятия | Направление воспитательной работы | Форма проведения | Сроки проведения |
| 1 | Инструктаж по техники безопасности и правила поведения на занятиях | Безопасность и здоровый образ жизни | В рамках занятий | сентябрь |
| 2 | Игры на знакомство икомандообразование | Нравственное воспитание | В рамках занятий | Сентябрь - май |
| 3 | Беседа о сохраненииМатериальных ценностей,бережном отношении кинвентарю | Гражданско-патриотическоевоспитание, нравственноевоспитание | В рамках занятий | Сентябрь - май |
| 4 | Спортивные праздники, игры внутри группы, ГТО. | Формированиекультуры здоровья ибезопасностижизнедеятельности,развитие физическихспособностей сучётомвозможностей исостояния здоровья,навыков безопасногоповедения . | В рамках занятий | Октябрь - май |
| 5 | Участие в соревнованияхразличного уровня | формирование и укрепление спортивных традиций, подготовку и проведение коллективных творческих дел  | В рамках занятий | Ноябрь - май |
| 6 | Открытые занятия дляродителей | Воспитание положительногоотношения к труду итворчеству;интеллектуальноевоспитание; формированиекоммуникативной культуры | В рамках занятий | Декабрь,май |

***Список литературы***

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.

2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599.

3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».

7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 «Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области».

Для педагога дополнительного образования:

1. Адашкявичене С. В. Спортивные игры и спортивные упражнения для детей. – М.: Просвещение, 2002 г.
2. Кенеман А. В., Хухлаева Д. В. Теория и методика физического воспитания детей. – М.: Просвещение, 1986 г.
3. Теория и методика физической культуры: Учебник / под ред. Курамшина Ю. Ф. – М.: Советский спорт, 2003 г.
4. Теория и методика физического воспитания: Учебник / под ред. Ашмарина Б. А. – М.: Прсвешение, 1990 г.
5. Назаренко М. В. «ТАЭКВОН-ДО (И.Т.Ф.)-методика обучения», Санкт-Петербург, СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 2004 год.
6. Соколов И. С. «Основы таэквон-до», Москва «Советский спорт», 1994 год.
7. Чой Хонг Хи. Таэквон-до. Корейское искусство самообороны. Торонто, 1972 год.