**Пояснительная записка**

**Каратэ** - это система общего физического и духовного развития, которая содержит в себе элементы боевого искусства. Занятия каратэ развивают физические качества и совершенствуют функции организма. Искусство каратэ способствует духовному и нравственному развитию человека, укрепляет тело, закаляет волю и ведет человека к дальнейшему самосовершенствованию. Занятия каратэ развивают координацию, учат владеть своим телом, способствуют формированию «школы движений». Эмоциональность и разнообразие средств подготовки обеспечивают детям возможность поверить в свои силы. При грамотном педагогическом руководстве данная подготовка благотворно сказывается не только на уровне развития двигательных способностей, физических качеств, но и на улучшении телосложения, на выработке правильной осанки, психофизической устойчивости организма и всестороннего развития ребенка. **Направленность программы по содержанию:** физкультурно-спортивная. **Цель программы**: - содействие всестороннему физическому и психоэмоциональному развитию ребенка; - укреплению здоровья ребенка; - формировании базовых и развитых двигательных навыков; - формирование всесторонне-развитой нравственно-культурной личности; - выработки устойчивой внутренней мотивации к занятиям физической культурой в общем и каратэ в частности.

**Задачи программы:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Общая  | Обучающая | Развивающая | Воспитательная |
| - привлечение максимально возможного числа детей к систематическим занятиям спортом; - популяризация физической культуры и спорта | - обучение культуре физических упражнений; - обучение технико тактическому и физическому арсеналу; - формирование общих культурно исторических и спортивных фактов в области каратэ | - развитие физических, умственных качеств учащихся; - формирование умения и навыка самосовершенствования, самодисциплины, самоконтроля, самопознания; - формирование устойчивого позитивного психо эмоионального восприятия физических нагрузок; - раскрытие и развитие индивидуальных качеств учащихся | - приобщение детей к активному образу жизни; - формирование адаптации к конфликтным ситуациям в обществе - выработка морально-волевых качеств; - выработка привычек, связанных с личной гигиеной; - формирование ответственности перед обществом, уважения интересов окружающих людей |