**«Кикбоксинг»**

Дополнительная общеразвивающая программа «Кикбоксинг» физкультурно-спортивной направленности по виду спорта кикбоксинг. Программа является прекрасной возможностью гармоничного развития личности ребёнка, так как кикбоксинг остаётся многогранным и быстро развивающимся видом спорта, его возможности увеличиваются с каждым днём. Актуальность программы обусловлена предоставляемой возможностью более раннего осознанного выбора подходящего вида спорта. В предлагаемой программе наряду с физкультурно-оздоровительной и воспитательной работой, направленной на разностороннюю физическую подготовку преимущественно оздоровительной направленности, осуществляется обучение основам техники кикбоксинга. Данная программа направлена на укрепление здоровья обучающихся, воспитания стойкого их интереса к занятиям спортом. Особая роль программы заключается в объединении в себе задач развития творческих и спортивных способностей детей, удовлетворении их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании, освоении техники выполнения обширного комплекса физических упражнений, развитии физических, моральных и волевых качеств. Отличительной особенностью программы является то, что она даёт возможность каждому ребёнку попробовать свои силы в разных разделах кикбоксинга, выбрать приоритетное направление и максимально реализовать себя в нём.

|  |  |
| --- | --- |
| Название программы | Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Кикбоксинг" |
| Автор - составитель | Тренер-преподаватель Степаненков Н.Ю. |
| Направленность программы | Физкультурно-спортивная |
| Возраст учащихся | 7-15 лет  |
| Срок освоения | 36 недель |
| Цель программы | Формирование потребности учащихся в занятиях кикбоксингом и физической культурой в целом; обучение основам техники и тактики кикбоксинга, улучшение физической подготовленности и физического развития посредствам занятий кикбоксингом |