

Отдел Управления образования
Исполнительного комитета муниципального образования г. Казани
по Вахитовскому и Приволжскому районам

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы»
Приволжского района города Казани

Принята на педагогическом совете
МБУДО «ЦВР» Приволжского района
г. Казани
Протокол №1 от 01.09.2025 г.



Утверждаю

директор ЦВР

Ремизова М.П.

Приказ № 162 от 01.09.2025г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа**

«КАРАТЭ – ОТ НОВИЧКА ДО МАСТЕРА»

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст обучающихся: 7-17 лет

Срок реализации: 9 лет

Автор-составитель:

педагог дополнительного образования

Чепанов Н.В.

Казань, 2025

Информационная карта образовательной программы

1.	Учреждение	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр внешкольной работы» Приволжского района города Казани
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Каратэ – от новичка до мастера»
3.	Направленность программы	Физкультурно-спортивная
4.	Сведения о разработчике	
4.1.	ФИО, должность	Чепанов Н.В., педагог дополнительного образования
5.	Сведения о программе:	
5.1.	Срок реализации	9 лет
5.2.	Возраст обучающихся	7-17 лет
5.3.	Характеристика программы: -тип программы -вид программы -принцип проектирования программы -форма организации содержания и учебного процесса	дополнительная общеобразовательная. общеразвивающая. разноуровневая. комплексная.
5.4.	Цель программы	формирование базовых компетенций в традиционном и спортивном каратэ
5.5.	Образовательные уровни	1-ый уровень – этап начальной подготовки; 2-ой уровень – этап базовой подготовки; 3-ий уровень – этап углубленной подготовки (этап фундаментальной специализации и этап углубленной специализации).
6.	Формы и методы образовательной деятельности	Формы образовательной деятельности: групповые практические занятия (учебно-тренировочные, тренировочные, контрольные), учебные занятия по теоретической и психологической подготовке, воспитательная работа (беседа, лекция). Методы образовательной деятельности: - наглядные методы - показ, иллюстрирование, просмотр видеозаписей; - словесные методы - беседа, лекция, описание, объяснение, инструктаж, разбор; - практические методы - метод строго регламентированного упражнения, игровой метод, соревновательный метод, целостный метод, расчленено-конструктивный метод.
7.	Формы мониторинга результативности	Тестирование, контрольные занятия по видам подготовки.
8.	Результативность реализации программы	Обучающиеся будут знать : - терминологию изученных приёмов каратэ; - терминологию и жесты, используемые судьями на соревнованиях; - технику безопасности и правила поведения на занятиях и соревнованиях по каратэ; - основные принципы, методы и средства,

		<p>используемые в тренировочном процессе.</p> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - правильно пользоваться инвентарём и оборудованием, применяемым на занятиях каратэ и использовать защитную соревновательную экипировку; - использовать известные упражнения для самоподготовки в технике и тактике каратэ, развитии физических качеств; - осуществлять судейство по виду спорта всестилевое каратэ в качестве судьи на площадке и секретариата соревнований. <p>демонстрировать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - требуемый уровень физической подготовленности, согласно принятым в программе нормативам ГТО; - все базовые приёмы традиционного стиля каратэ Сётокан от 9 до 1 квалификационного уровня (Кю); - навыки ведения соревновательных поединков по виду спорта всестилевое каратэ.
9.	Год создания программы	2016 год
	Дата последней корректировки программы	2025 год
10.	Рецензенты	1. Заместитель директора по УВР Герасимова Н.В. 2. Заместитель директора по УВР Хакимова И.А. 3. Заведующий отделом методической и организационно-массовой работы Романенко М.М. 4. Методисты Герасимова Н.В., Семёнова О.Н.
	Ссылка на программу	https://cloud.mail.ru/public/vnVs/28v3LL6ti