

Универсальный бой

Продолжительность занятия: 1-1,5 часа. Количество занятий в неделю: 3 занятия. Возраст обучающихся: 7-18 лет. Стоимость в месяц: бесплатно. Педагог - педагог дополнительного образования, тренер, Мастер спорта по дзюдо, самбо, Чемпион Европы по универсальному бою Дмитрий Сергеевич Михайлов

«Спорт - это жизнь!»

Кружок призван способствовать самосовершенствованию, познанию и творчеству, формированию здорового образа жизни, профессиональному самоопределению, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей, достижению уровня спортивных успехов сообразно способностям.



Данный кружок:

- вовлекает школьников в процесс занятий физической культурой и спортом, формирует у них устойчивый интерес к систематическим занятиям спортивными единоборствами;
- укрепляет здоровье и улучшает физическое развитие детей и подростков;
- обучает основами техники выполнения физических упражнений и формированию основ ведения единоборства;
- выявляет задатки и способности детей, помогает осваивать повышенные тренировочные нагрузки и накапливать соревновательный опыт.