

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад комбинированного вида № 13
ИНН 6658080750 КПП 665801001 e-mail: mdou13@eduekb.ru

620131 г. Екатеринбург ул. Крауля, 85 а, тел (343) 246-45-53, 246-45-34

ПРИНЯТО
на заседании
Педагогического совета
МБДОУ - детского сада
комбинированного вида № 13
Протокол № 4/1 14.05.2024

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ –
детского сада
комбинированного вида № 13
Е.А. Чепелева
Приказ № 92 – О
от 14.05.2024



**Учебный план
Дополнительной
общеразвивающей программы
«Каратэ»**

г. Екатеринбург, 2024

Учебный план

№ п/п	Темы	Количество часов		Всего часов
		Теоретич. занятия	Практич. занятия	
1.	История становления, развития и современное каратэ.	2	2	4
2.	Организационно-методические условия проведения учебно-тренировочных занятий.	1	2	3
3.	Этикет додже.	1	2	3
4.	Освоение техники каратэ-кихон.	2	4	6
5.	Освоение технико-тактические приемы каратэ в парах (партнер-соперник).	2	5	7
6.	Обучение техники ударов.	4	5	9
7.	Обучение акробатическим упражнениям.	1	3	4
8.	Правила выступления на соревнованиях.	1	1	2
9.	Подготовка и проведение показательных выступлений.	1	1	2
	Итого			40

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 706699936057990200889301522920754506789801582731

Владелец Чепелева Елена Александровна

Действителен с 26.03.2024 по 26.03.2025