

**Аннотация к дополнительной общеобразовательной программе –
дополнительной образовательной программе спортивной подготовки по виду
спорта «тхэквондо»**

Форма обучения – очная, с применением дистанционных технологий.

Нормативный срок обучения:

- этап начальной подготовки – 1-3 года;
- учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) – 2-4 года;
- этап совершенствования спортивного мастерства – не ограничивается.

Язык, на котором осуществляется обучение – русский.

Виды подготовки и иные мероприятия, предусмотренные программой:

- общая физическая подготовка;
- специальная физическая подготовка;
- участие в спортивных соревнованиях;
- техническая подготовка;
- тактическая подготовка;
- теоретическая подготовка;
- психологическая подготовка;
- контрольные мероприятия (тестирование и контроль);
- инструкторская практика;
- судейская практика;
- медицинские, медико-биологические мероприятия;
- восстановительные мероприятия.

Использование при реализации программы электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: применяются.