АННОТАЦИЯ

Авторская дополнительная общеразвивающая программа «Основы единоборств» - физкультурно-спортивной направленности. Тип программы - общеразвивающая, рассчитана для учащихся 7-10 лет. Срок реализации: 144 часа.

В программе используются в совокупности приемы и техники из разных видов единоборств освоив которые, учащийся может сделать осознанный выбор дальнейшей спортивной деятельности в соответствии с выявленными способностями и возможностями для совершенствования в избранном виде спорта.