

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 80 Московского района Санкт-Петербурга

Дополнительная  
общеразвивающая программа  
«Каратэ Киокушин»



Каратэ – от японского 空手道 каратэ-до: «путь пустой руки» или 空手 «пустая рука») — японское боевое искусство, система защиты и нападения. С 2020 года - Олимпийский вид спорта.



Масутацу Ояма (1923—1994) — мастер и преподаватель карате, один из самых знаменитых представителей боевых искусств, обладатель 10 дана, создатель стиля Киокусинкай, популяризатор каратэ в Японии и других странах, автор большого количества популярных книг о каратэ, организатор национальных и мировых спортивных соревнований по каратэ. Основав свой стиль, быстро завоевавший славу «сильнейшего каратэ», Ояма создал и до своей смерти в 1994 году возглавлял Международную организацию Кёкусинкай (ИКО), членами которой стали несколько миллионов человек во всём мире.

До самых последних дней своей жизни Ояма проводил тренировки в Хомбу, являя собой яркий пример истинного мастера Будо.

## Особенности Киокушин каратэ

- Борьба в непосредственной близости ( полный контакт)
- Проведение тамэшивари (разбивание досок).

## Принципы Масутацу Оямы

- Боевое искусство начинается и заканчивается вежливостью. Поэтому всегда соблюдай этикет.
- Помни всегда, что в боевом искусстве доверие и благодарность получают великую награду.
- Старайся брать инициативу во всем, однако не разжигай битву первым.
- Даже воин не может игнорировать деньги, но не будь к ним привязан.
- В боевом искусстве очень важна осанка. Следи за тем, как ты выглядишь со стороны.
- Боевое искусство начинается с тысячи дней тренировок, но мастерство приходит лишь через десять тысяч дней.

## Как занятия каратэ влияют на развитие детского организма?

На состояние здоровья детей огромное влияние оказывают негативные факторы такие как: малоподвижный образ жизни, плохая экология, резкие перепады атмосферного давления и т.д. Эти стресс-факторы вызывают такие проблемы, как гипоксия, гиподинамия, признаками которых являются ухудшение самочувствия ребенка, снижение умственной и физической работоспособности, отставание в физическом развитии.

Комплекс специальных дыхательных упражнений, используемый на занятиях каратэ, а также упражнения на развитие дыхательной мускулатуры способствуют увеличению вентиляции легких и помогает решить проблемы, связанные с гипоксией.

Регулярные и грамотно дозированные физические нагрузки, ввод элементов подвижных игр на занятиях Киокусинкай каратэ способствуют двигательной активности ребят, укрепляют мышцы, приводят к общему укреплению организма.

Также занятия каратэ направлены на воспитание преодоления эмоционального напряжения и страхов, выработку положительных психологических качеств, стрессоустойчивости, храбрости. Т.е. каратисты без проблем справятся с депрессией, особенно в зимнее время.

Занятия каратэ проводятся босиком, а это дает дополнительный массаж стоп, путем воздействия на важные рефлекторные точки, а также закаливает детский организм, способствуя росту сопротивляемости инфекциям.



# Дополнительные образовательные услуги

В соответствии с целями и задачами, определенными Уставом, для обеспечения вариативности образования, ГБДОУ детский сад № 80 Московского района СПб реализует дополнительные образовательные программы и оказывает дополнительные образовательные услуги за пределами, определяющих его статус образовательных программ с учетом потребности семьи и на основе договора, заключаемого между Учреждением и родителями (законными представителями).

Для оказания платных дополнительных образовательных услуг Учреждение создает следующие необходимые условия:

- изучение спроса родителей (законных представителей) на предоставляемые услуги;
- соответствие действующим санитарным правилам и нормативам;
- соответствие требованиям по охране и безопасности здоровья потребителей услуг;
- качественное кадровое обеспечение;



# Изучение спроса родителей (законных представителей)

Планирование деятельности по оказанию дополнительных платных образовательных услуг осуществляется с учётом запросов и потребностей участников образовательного процесса и возможностей дошкольного образовательного учреждения.



Ежегодно в ДОО проводится анкетирование родителей (законных представителей) с целью изучения спроса на дополнительные образовательные услуги.

При организации дополнительных образовательных услуг администрация ДОО руководствуется популярностью той или иной услуги, её наличием в соседних ДОО, ежегодно обновляет перечень услуг согласно потребностям родителей (законных представителей).

# Соответствие действующим санитарным нормативам и правилам оказания платных образовательных услуг

Организация платных образовательных услуг ГБДОУ д/с №80 осуществляется согласно Санитарным правилам СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», а также согласно Постановлению Правительства РФ №1441 от 15.09.2020 г. «ОБ УТВЕРЖДЕНИИ ПРАВИЛ ОКАЗАНИЯ ПЛАТНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УСЛУГ», на основании лицензии на оказание платных образовательных услуг

Положения о платных дополнительных услугах  
Положения о расходовании доходов от платных образовательных услуг

Приказа об утверждении договора об образовании на обучение по дополнительным образовательным программам

Приказа об организации дополнительных платных услуг

Договора об образовании на обучение по дополнительным образовательным программам

Учебного плана и графика проведения дополнительных платных услуг

Дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ



# Соответствие требованиям по охране и безопасности здоровья потребителей услуг

Перед соревнованиями каратэ Киокушин дети проходят медицинское заключение о допуске в физкультурных и спортивных мероприятиях, мероприятиях по оценке выполнения нормативов испытаний (тестов)



ГБУЗ «Городская поликлиника №75»  
Московского Района г. Санкт-Петербурга,  
Новоизмайловский пр., д 29 тел: 242-33-72;  
E-mail: gbu3.moskizma@mail.ru

Министерство здравоохранения Российской Федерации от  
«23» октября 2020г. №1146/Н

Медицинское заключение  
о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях (тренировочных мероприятиях и спортивных соревнованиях), мероприятиях по оценке выполнения нормативов испытаний (тестов)  
Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)

Реестровый номер заключения: АААА 915/211

Фамилия \_\_\_\_\_  
Имя \_\_\_\_\_  
Отчество (при наличии) \_\_\_\_\_  
Дата рождения \_\_\_\_\_  
Реестровый номер лица (физкультурника, спортсмена): АААА 915  
Дата выдачи, название выдавшего органа ВФО СПб ГБУЗ «ГП-№75» 24.03.21г  
Название мероприятия: Тренировки / Соревнования  
Вид спорта (при наличии): Каратэ  
Спортивная дисциплина (при наличии):  
Этап спортивной подготовки (при наличии): ЭСО | ЭНП | ЭТ | ЭССМ

По результатам медицинского осмотра, углубленного медицинского обследования  
**Допущен**  
комиссией (если нужно, лишнее)

- К тренировочным мероприятиям
- К участию в спортивных соревнованиях
- К участию в физкультурных мероприятиях
- К выполнению нормативов испытаний (тестов) комплекса ГТО

Ограничение, в том числе физических нагрузок, сроки ограничений: ДА / НЕТ

Отскальзывает: 2.0. 73.6.1-46

Дата выдачи медицинского заключения: 24.03.21г  
Медицинское заключение действительно до (указать дату): 24.03.22г

Ответственный врач медицинской организации: [Подпись]  
[Подпись]  
Фамилия, инициалы

Специализация: СПОРТДОК  
Специализация: ВРАЧ МР

Для занятий каратэ Киокушин в ДОУ имеется большой и просторный спортивный зал



## Экипировка воспитанников

Экипировка для каратэ – это основа для будущих достижений каждого спортсмена. Она обеспечивает возможность выполнять технические приемы, участвовать в соревнованиях и при этом чувствовать себя полностью защищенным и в комфорте. Особенно важно подбирать соответствующее снаряжение для каратэ начинающим спортсменам, которые только изучают азы боевого искусства.



# Качественное кадровое обеспечение

1. Фамилия Шарифуллин  
Имя Эдуард Отчество Радилович  
2. Год и дата рождения 1985г.  
3. Место работы/учебы \_\_\_\_\_  
4. Спортивная организация \_\_\_\_\_  
5. Город Муравленко  
6. Вид спорта Карате кекусинкай  
7. Спортивный разряд и звание КМС  
8. Личная подпись \_\_\_\_\_  
Дата заполнения 20.12.2002г.



Зарегистрирован в коллективе

физкультур

№ 18-р Дата 20.12.2002г.



Подпись ответственного лица

*[Handwritten signature]*



Занятия по Каратэ Киокушин проводит тренер Шарифуллин Эдуард Радилович. Кандидат в мастера спорта по карате Киокушин. Занимается каратэ более 15 лет.

Образование: Уральский федеральный университет им. первого Президента России Б.Н. Ельцина, кафедра спортивных видов единоборств, специалист (2008 г.); кафедра управления в сфере физической культуры и спорта, магистр (2010 г.).



# Качественное кадровое обеспечение

VII INTERNATIONAL SCIENTIFIC CONGRESS  
"SPORT, PEOPLE AND HEALTH"  
VII МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ КОНГРЕСС  
"СПОРТ, ЧЕЛОВЕК, ЗДОРОВЬЕ"

## СЕРТИФИКАТ

Шарифуллин Эдуард Радикович

принял участие в VII Международном Конгрессе  
"Спорт, Человек, Здоровье"

Председатель Исполнительного комитета  
Международной общественной организации  
содействия науке и спорту  
"Спорт, Человек, Здоровье"

В.Б. Шестаков

Сопредседатель Исполнительного комитета  
Международной общественной организации  
содействия науке и спорту  
"Спорт, Человек, Здоровье"

В.А. Та...



## Диплом

Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение  
«Молодежно-подростковый центр «Московский»

### НАГРАЖДАЕТСЯ

Шарифуллин Эдуард

За пропаганду здорового образа жизни,  
привлечение подростков и молодежи  
к систематическим занятиям физической  
культурой, за участие в межрегиональном  
турнире по эншин каратэ  
«St.Petersburg Sabaki Challenge» - 2021

Директор  
СПб ГБУ «Молодежно-подростковый центр «Московский»»



Под патронажем Генерального секретаря Совета Европы, г-на Турбьера Янса

## СЕРТИФИКАТ участника

VI Международного Конгресса  
«Спорт, Человек, Здоровье»  
Санкт-Петербург 18-20 октября 2013 года

Данный сертификат удостоверяет, что  
Шарифуллин Эдуард Радикович

принял(а) участие в работе Конгресса, посвященного  
рассмотрению роли спортивных единоборств и боевых  
искусств в современном мире, прошедшего в рамках  
культурной программы Всемирных Игр боевых искусств 2013

Председатель исполнительного комитета  
Международной общественной организации  
содействия науке и спорту  
«Спорт, Человек, Здоровье»

Василий Шестаков

Председатель Научного комитета Конгресса  
Ректор ИГУ физической культуры,  
спорта и здоровья  
им П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Владимир Тамазов



Правительство Санкт-Петербурга  
Комитет по образованию  
Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей  
Дворец учащейся молодежи Санкт-Петербурга  
Федеральное государственное бюджетное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Российский государственный педагогический университет имени А.И. Герцена»

## Сертификат

выдан

Шарифуллину Эдуарду Радиковичу,  
педагогу дополнительного образования  
подростково-молодежного клуба «Аврора»  
Санкт-Петербургского государственного бюджетного учреждения  
«Молодежно-подросткового центра «Московский»

за участие

во Всероссийской научно-практической конференции  
«Дополнительное образование детей и учащейся молодежи:  
история, современность, перспективы»  
(к 70-летию ГБОУДОД Дворца учащейся молодежи Санкт-Петербурга)

Председатель Комитета по образованию  
Санкт-Петербурга,  
Заслуженный учитель РФ

Ж.В. Веробьева

Ректор  
ФГБОУ ВПО РГПУ им. А.И. Герцена,  
доктор педагогических наук, профессор,  
Заслуженный работник высшей школы РФ

В.П. Соломин

Директор ГБОУДОД ДУМ СПб,  
кандидат педагогических наук

Л.А. Еселева

Санкт-Петербург  
2014

# Качественное кадровое обеспечение



## Актуальность программы

Программа «Каратэ Киокусинкай» имеет физкультурно-спортивную направленность и общекультурный уровень освоения.

Каратэ является доступным средством физического и духовного развития детей в системе дополнительного образования.

Одним из наиболее популярных стилей каратэ является Киокусинкай. Удивительное сочетание гибкости и ловкости, быстроты и силы, смелости и решительности – все это характерно для данного стиля.



В данной образовательной программе осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на повышение двигательной активности и овладение элементарными техническими действиями.

Каратэ для детей это, прежде всего, отличная система психофизической подготовки. Занятия способствуют укреплению здоровья занимающихся, повышению уровня жизнедеятельности, сопротивляемости организма действию неблагоприятных факторов окружающей среды, всестороннему развитию двигательных качеств.



Кроме того, занятия каратэ под руководством тренера стимулируют у детей умственное развитие: учат сосредотачивать внимание, развивают память, логическое и образное мышление, уводят от стереотипного мышления, укрепляют опорно-двигательный аппарат, дыхательную и сердечно-сосудистую системы. На современном этапе развития общества каратэ оказывает существенное влияние на развитие физических способностей воспитанников, а также является одной из форм воспитания личности.



**Цель программы:** *сохранение и укрепление здоровья, повышение двигательной активности детей дошкольного возраста, развитие физических способностей.*

**Задачи программы:**

*Образовательные*

- познакомить с правилами и традициями Каратэ Киокусинкай и другими видами единоборств
- обучить основным стойкам
- обучить элементарным техническим и тактическим действиям
- обучить формальным упражнениям – ката

*Развивающие*

- развить жизненно важные двигательные умения и навыки
- развить физические способности (скорость, силу, координацию, гибкость)
- развить наглядно-образное мышление, память, восприятие, внимание воспитанников
- укреплять здоровье воспитанников

*Воспитательные*

- привить воспитанникам внутреннюю дисциплину, умение правильно здороваться и прощаться в традиции Каратэ Киокусинкай, соблюдать правила техники безопасности на занятиях
- воспитать чувство коллективизма и взаимопомощи, чувство ответственности;
- формировать установку на здоровый образ жизни, исключая наличие вредных привычек, способных нанести вред здоровью;
- формировать сильный характер, организованность, целеустремлённость, волю к победе



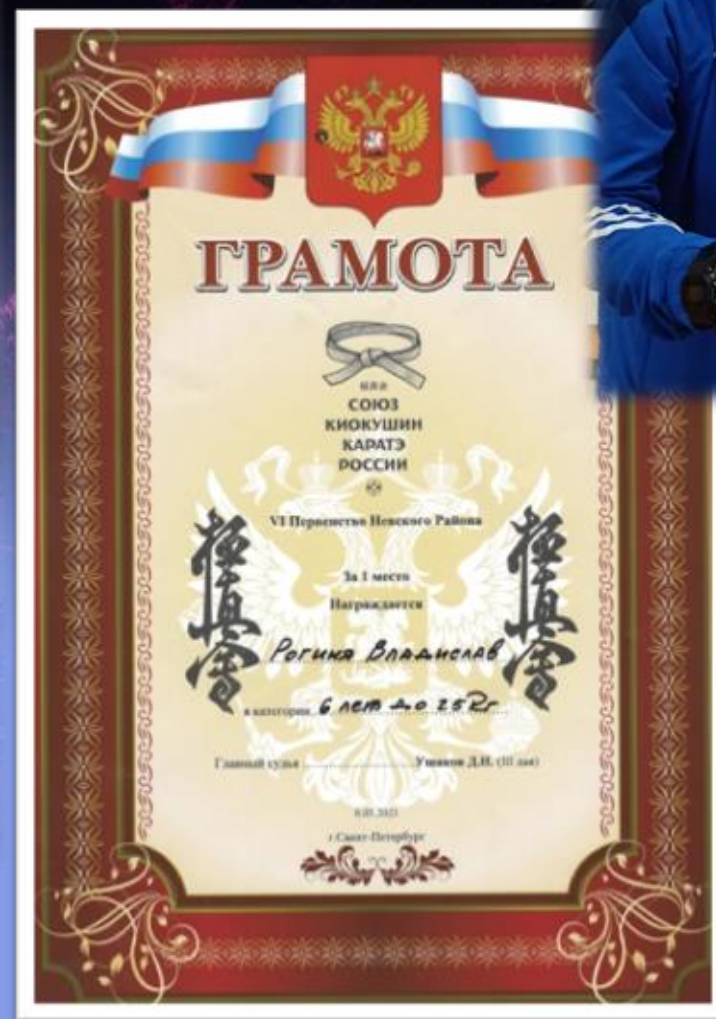
# Международное сотрудничество

В 2019 году на базе ГБДОУ детский сад № 80 прошло значимое для детей и педагогов мероприятие "Посвящение в каратисты" при участии Яна Сокупа, серебряного призера 9-го абсолютного чемпионата мира, сильнейшего киокушиновеца из Чехии, руководителя филиала Международной организации каратэ Киокушинкайкан в Чехии, президента Чешской ассоциации каратэ Киокушинкайкан и вице-президента Чешской организации каратэ Фуллконтакт.





# Первенство по Каратэ в Санкт-Петербурге в 2020 году



# Новогодний кубок по Киокушин Каратэ в 2020 году



# Чемпионат и Первенство Федерации Киокусинкай Каратэ России в 2021 году



# Чемпионат и Первенство Федерации Киокусинкай Каратэ России в 2021 году



# Турниры и чемпионаты в 2023 и 2024 годах



# Турниры и чемпионаты в 2023 и 2024 годах

