

Karatedo classes in Bucha (Kyiv's Branch)

# Заняття з карате-до



Карате-до – вид бойового мистецтва, яким можна займатися і у нашому місті. Він відрізняється від звичайного спорту. Карате – це ціла філософія, в якій значна увага приділяється культурі, вихованню волі та мужності, фізичній та духовній силі, інтелектуальному розвитку особистості.

Детальніше про заняття з карате-до та його деякі особливості розповідає керівник Київської обласної Федерації Фінікс Карате-до Сенсей Наталя Снегір'ова.

- Розкажіть, будь ласка, відколи Карате-до можна займатися і в Бучі?  
- Організація Фінікс Карате-до існує в Україні з 1998 року, а згодом поширилось і в Київській області. У Бучі проводимо заняття з 2001 року.

- Звідки походить назва Федерації – Фінікс?

- Назва організації пояснює філософію каратика (людина, яка займається карате-до). Адже фінікс у стародавній міфології – птах, який має здатність відроджуватися із попелу, символ вічного оновлення. Так само і ми, і наші учні будемо бороти труднощі і виходити із них у будь-якому випадку на вищій ступінь.

- Чому можна навчатися, займаючись карате?

- Заняття з карате-до мають свої психологічні особливості і виробляють специфічні психічні якості в учня, якими він може користуватися не лише в бою або на рингу, але і в повсякденному житті. Особлива увага приділяється виробленню спокою і холоднокровності, відсутності агресивності, терпимості до болю і поваги до противника.

- Хто займається цим видом бойового мистецтва?

- Карате-до займаються від маленьких – до дорослих. В середньому можна починати займатися карате-до дітям з трьох років. Зараз найменшому учню 5 років.

Старші вже безпосередньо займаються специфікою карате. Спочатку вивчають базову техніку, потім вивчають її застосування та прикладний характер. Навчаються працювати з дерев'яною



зброєю, яка не заборонена законодавством, розучують елементи самооборони.

- На що спрямовані заняття?

- Заняття з карате-до спрямовані на розвиток трьох основних складових – фізичний, духовний та розумовий. Отож, діти, які займаються карате-до, всебічно загартовуються, готуються до дорослого життя, отримують гарне навантаження для свого розвитку.

- У яких змаганнях берете участь?

- Ми беремо участь у змаганнях, які провидить лише наша організація Фінікс Карате-до. Вони проходять у Києві, бувають у Бучі і періодично відбуваються у Дніпропетровській області.

- Розкажіть, чим ви ще займаєтесь? Як удосконалюєте і підвищуєте свій рівень?

- Нещодавно у Ворзелі проходив щорічний літній табір. Там тренувалися, влаштовували бої, удосконалювали тех-

ніку. Задля перевірки себе, своїх сил та духу розбили сотні дерев'яних дощок. Діти після табору вийшли ще більше підготовленими, а деякі навіть отримали чорні, фіолетові та зелені пояси, що свідчать про середину навчання та значні успіхи й вміння.

- Які ваші подальші плани?

- В першу чергу – будемо продовжувати розвиватися і розширювати свою діяльність. Зараз у Бучі працює одна група у одному залі, а тепер працюватимемо у двох залах. І звичайно, будемо брати участь у змаганнях. Крім того, у наступному навчальному році до нас приїде голова нашої організації Канчо Ден Соллер з США. Ми очікуємо його приїзд і вже починаємо всіляко готуватися до нього.

Вікторія Кончаківська

*We wait for Kancho Dan Soller will come soon!*

Shihandai Nataly

Рукописи не повертаються.

За зміст реклами відповідає рекламодавць. Віддруковано у видавничому центрі «Інтерекспресдрук» м. Київ. Наклад 1200 екз.

редакції: 10, вул. Києво-Мироцька, 104-Б, 383-50-73 chanews@meta.ua

Свідоцтво "Про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації" КВ №7360 ВІД 30.05.2003

Редакція може не поділяти думку авторів і не вступає з ними у листування.