ОТЧЕТ ЗА ДЕЙНОСТТА НА
Спортен Клуб по Карате "СПАРТАК 14"
за 2020 година



През 2020 година, Спортен клуб по карате "Спартак 14" е взел участие в Националния спортен календар на Българската Федерация по Шотокан Карате-до /БФШК/

Клуба е включил в дейността си:

1. участия в състезания на състезатели и треньори
2. организиране на състезания
3. участия в семинари за повишаване знанията и уменията на треньорите и тренiращите
4. демонстрации за популяризиране на Шотокан карате - до
5. тренировъчни лагери за подготовка на състезателите.
6. участие на тренiращите в изпити за повишаване на техническото ниво

I. Треньори и тренiращи

През 2020 г. в клуба са тренирали 142 деца и юноши, на възраст над 4 годишна възраст . С тях са работили 2-ма треньора:

1. Милена Кирниколова- ст. треньор в клуба
- 3-ти дан- черен пояс
-магистър по "спортна педагогика"- ВТУ "Св.св. Кирил и Методий "
-магистър „ Треньор по карате – НСА „ Васил Левски"
-преподавател - методист по физическо възпитание и спорт в Медицински университет гр. Плевен
-национален селекционер за дисциплината шобу кумите отборно от 12 до 20 годишни състезатели

2. **Маринела Петрова** – треньор в клуба
– 1 дан-черен пояс
- възпитаничка на Спортно училище „Г.Бенковски„ –гр.Плевен, спец. Карате
- национална състезателка в дисциплината ката
- многократна републиканска шампионка
- Бакалавър НСА В. Левски треньорски факултет спец. Треньор по Карате
-учител по спортна подготовка „ Шотокан карате-до „ в Спортно училище – гр.Плевен

II. Дейности в клуба през годината

м. ЯНУАРИ

1. Тренировъчна дейност. Първи стъпки и въвеждане в "шотокан карате-до" на начинаещите тренираши- технически,физически, тактически и психологически умения .

2. Тренировъчна дейност. Тренировки и подготовка на технически,физически, тактически и психологически умения със напредналите състезатели.

м. ФЕВРУАРИ

1. Тренировъчна дейност. Първи стъпки и въвеждане в "шотокан карате-до" на технически,физически, тактически и психологически умения с начинаещите трениращи.

2. Тренировъчна дейност. Тренировки и подготовка на технически,физически и тактически умения със напредналите състезатели.

3.Състезатели на клуба (21 на брой) взеха участие в Държавното индивидуално първенство за деца до 12 г. в гр.Бургас на 1 март 2020 г. и завоюваха общо 9 призови отличия

м. МАРТ

1.Трениращи от Клуба направиха **демонстрации** на шотокан карате-до в 2 детски градини в Плевен, с цел сформиране на групи от 4,5, 6 и 7 годишни деца

2. От 13 март до 13 май тренировките се провеждаха онлайн, предвид настъпилата ситуация и обявената национална карантина заради Ковид 19.

м .АПРИЛ

1.Тренировките се провеждаха онлайн предвид настъпилата ситуация и обявената национална карантина заради Ковид 19.

2. През месец Април се проведе първото онлайн състезание ва БФШК в дисциплината Шотокан ката индивидуално. В него се включиха 72 състезатели от 7 клуба членове на федерацията. СКК."Спартак 14" беше основен инициатор и организатор на турнира. 15 състезатели от клуба се включиха в проявата

м. МАЙ

1.Тренировките след 13 май стартираха присъствено на открито. В тях се включиха 47 трениращи разделени в 3 групи.

м. ЮНИ

1. В залата на Клуба се проведе **изпит за технически степени** за трениращите в Клуба. Всички явили се защитиха успешно новите технически нива-кю.

2. В края на месец Юни, Клуба проведе изпит за прием на ученици в новоразкритата паралелка по Шотокан карате-до в СУ " Г. Бенковски", гр. Плевен. Беше приет един ученик – Даяна Дерекова – за 7 клас.

3. Тренировъчна дейност. Затвърждаване на придобитите умения в техника и тактика. Тренировките се провеждат в спортната зала.

м. ЮЛИ

1.Тренировъчна дейност. Затвърждаване на придобитите умения в техника и тактика
Подобряване на физическата подготовка

2. Тренировъчна дейност. През месец Юли се проведе за поредна година **Програмата за подобряване на Физическата подготовка на трениращите и състезателите** си с ежедневни тренировки. Тренировките са насочени към подобряване на коодинацията, гъвкавостта, бързината и ловкостта. В тренировките се включиха 76 трениращи от всички възрасти.

м. АВГУСТ

1. През месец Август , трениращите продължиха своята физическа и техническа подготовка, предвид предстоящите състезания от есенния полу - сезон.

м. СЕПТЕМВРИ

1.През месец Септември треньорите на Клуба посетиха 4 училища и 2 детски градини в гр.Плевен. Целта бе **набиране на желаещи да тренират Шотокан карате-до**. В резултат от това се записаха в клуба 28 деца на 4,5 ,6 и 7 години и 18 деца от 8 до 17 години.

2.Състезатели на клуба (17 на брой) взеха участие в **Държавното първенство на БФШК** за юноши и девойки младша възраст, старша възраст, младежи и мъже/жени на 26-27 септември в гр. София, и спечелиха общо 20 отличия.

3. От 1 до 9 Септември се проведе **тренировъчен подготвителен лагер** за тренiращите и състезателите на Клуба в черноморския курорт Свети Влас.
През деветдневния лагер се провеждаха всеки ден двуразови тренировки-по физическа и техническа подготовка.
В Лагера се включиха 44 състезатели и трениращи от Клуба от всички възрасти.
На лагера се проведе втория етап от **подготовката на състезателите за Световното първенство** по Шотокан карате-до през Октомври 2020 г.

4.Състезателите на Клуба Габриел Рупчански и Васил Брайков , взеха участие в лагер на националния отбор с цел подготовка за предстоящото Световно първенство по Шотокан карате-до, където те са селектирани да участват.

5. Тренировъчна дейност. Първи стъпки и въвеждане в "Шотокан карате-до" на технически, физически, тактически и психологически умения с начинаещите състезатели.

6. Тренировъчна дейност. Тренировки и подготовка на технически,физически, тактически и психологически умения с напредналите състезатели.

м. ОКТОМВРИ

1. Тренировъчна дейност. Първи стъпки и въвеждане в "Шотокан карате-до"на технически, физически, тактически и психологически умения с начинаещите състезатели.

2. Тренировъчна дейност. Тренировки и подготовка на технически, физически, тактически и психологически умения с напредналите състезатели.

4. На 1 октомври 2020 г. стартираха тренировките в НЧиталище „ Ракитин" за шеста година. Групата е 24 деца от 4 до 12 г. разделени на начинаещи и напреднали.

м. НОЕМВРИ

1. Тренировъчна дейност. Първи стъпки и въвеждане в "Шотокан карате-до" на технически, физически, тактически и психологически умения с начинаещите трениращи.

2. Тренировъчна дейност. Тренировки и подготовка на технически, физически, тактически и психологически умения с начинаещите и напредналите състезатели.

3. Подготовка за изпит за технически степени-кю (9-1 кю)

4. През месец ноември се проведе Клубно първенство „ Спартак 14 „ за 2020 г.
Участваха 72 деца от клуба на възраст от 5 до 13 години.

м. ДЕКЕМВРИ

1. Тренировъчна дейност. Тренировки и подготовка на технически, физически, тактически и психологически умения с начинаещите и напредналите състезатели.

2.Подготовка за изпит за технически степени-кю (9-1 кю)

3. Най-малките състезатели от Клуба – до 12 г. , взеха участие в демонстрации по случай завършване на учебната година в НЧиталище „ Ракитин „ гр. Плевен.

4.Проведе се ежегодната изпитна сесия за техн. степени от бял до кафяв пояс в гр. Плевен. Всички явили се защитиха успешно новите си технически нива.

Ръководството но СКК "Спартак 14" определя изтеклата година ***като успешна, но изключително трудна за Клуба, предвид възникналата ситуация и произхождащите последствия от Ковид 19.***
Голям успех са всички ***спечелени медали от Държавни първенства и купи*** *и турнири, които завоюваха състезателите ни в трудните условия на подготовка.*
През изтеклата година всички плевенски медии отразяваха успехите и участията на Клуба.

Управител : Анелия Палева