

جمعية التنمية الأهلية بالقارة

AlQara Community Development Association



التايكوندو والفنون القتالية

جمعية التنمية الأهلية بالقارة

٢٠٢٦

عن البرنامج..

• 6 سبتمبر الى 7 أكتوبر ٢٠٢٦ م

تاريخ التنفيذ

• ١٥ مستفيد

عدد

المستفيدين

• بناء جيل قوي واثق من نفسه من خلال تعليم اساسيات رياضة التايكوندو و الدفاع عن النفس في بيئة امنة تحفز على الانضباط و التطوير .

الهدف العام

• بناء وتطوير القدرات البشرية

التصنيف

• الاطفال

الفئة

المستهدفة

عن البرنامج..

نفذت جمعية التنمية الأهلية بالقارة برنامج التايكوندو والفنون القتالية لمدة شهر، بإشراف المدرب عبدالله الحسن، بهدف تعزيز النشاط البدني وتنمية المهارات الرياضية والشخصية لدى المشاركين، من خلال بيئة تدريبية آمنة ومحفزة.

ركز البرنامج على تعليم المشاركين أساسيات رياضة التايكوندو والفنون القتالية، وتنمية اللياقة البدنية والقوة والمرونة والتوازن، إلى جانب التدريب على مبادئ الدفاع عن النفس بطريقة آمنة، وتعزيز قيم الانضباط والالتزام والروح الرياضية والعمل الجماعي.

وخلال فترة البرنامج، تدرب المشاركون على عدد من المهارات الأساسية في رياضة التايكوندو، وتمكنوا من تطبيق الحركات والركلات الأساسية بصورة صحيحة وآمنة، كما أسهم البرنامج في تعزيز مستويات الثقة بالنفس والتركيز والالتزام لدى المشاركين.

ويأتي تنفيذ البرنامج ضمن جهود الجمعية في تقديم برامج رياضية وتربوية تسهم في تعزيز الصحة والنشاط البدني، وتنمية المهارات الشخصية، وبناء السلوك الإيجابي لدى المشاركين.

صور من البرنامج..



صور من البرنامج..

