

Подписано: подпись директора

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «БОКС» - физкультурно-спортивная.

Настоящая программа по боксу составлена на основе примерной программы спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮСШОР, 2007г. (авторы и составители: А.О.Акопян, Е.В. Калмыков, Г В. Кургузов, В.А. Панков, А.В. Родионов, А.С. Черкасов), (допущенной Федеральным агентством по физической культуре и спорту), нормативных документов Государственного комитета РФ по физической культуре и спорту, обобщение научных исследований в области детско-юношеского спорта и системы многолетней спортивной подготовки, передового опыта работы тренеров с юными боксерами, в соответствии со следующими документами:

- Федеральный закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки России от 18.11.2015 № 09-3242 "О направлении информации" вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- САНПИН 2.4.3648-20 от 28.09.2020 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Актуальность программы «Бокс» определяется запросом со стороны детей и родителей, социально — образовательным заказом муниципалитета, обоснованным вводом в эксплуатацию нового спортивного объекта, оснащенного профессиональным боксерским оборудованием и инвентарем. Программа соответствует современным тенденциям развития дополнительного

образования и направлена на удовлетворение потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое и нравственное развитие обучающихся, психологическую подготовку при формировании личностных и волевых качеств.

Педагогическая целесообразность - позволяет решить проблему занятости свободного времени детей, формированию физических качеств, пробуждение интереса обучающихся к новой деятельности в области физической культуры и спорта.

Новизной решения программы данной является предложенная обучающимся разносторонняя физическая подготовка. Специализированный комплекс упражнений и игр (в виде тренировочных заданий) с учетом сенситивных периодов развития у обучающихся, способствующий более высокому показателю физического развития, в процессе освоения которогоформируются целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств.

Цель программы:

Подготовка физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил спортсменов высокой квалификации.

Обучающие задачи:

- обучение комплексу специальных знаний, двигательных умений и навыков по боксу;
 - формирование знаний об истории развитии бокса;
 - формирование понятий физического и психического здоровья.

Развивающие задачи:

- укрепление здоровья и закаливание организма;
- повышение функциональных возможностей организма;
- укрепление опорно-двигательного аппарата;
- повышение сопротивляемости организма влияниям внешней среды.

Воспитательные задачи:

- воспитание моральных и волевых качеств, становление спортивного характера;
 - профилактика асоциального поведения:
 - формирование устойчивого интереса к занятиям боксом;
 - воспитание навыков самостоятельной работы;
- осуществление воспитательного процесса посредством взаимодействия тренера с семьей занимающегося;
- формирование нравственных, эстетических и интеллектуальных качеств, а также основ знаний о гигиене;
- формирование мотивации к достижению спортивных результатов и целевой установки на спортивное совершенствование.

Отличительная особенность данной программы:

Данная учебная программа по боксу предназначена для занимающихся в ДЮСШ города Мурманска в условиях Кольского Заполярья.

Сроки реализации программы – 8 лет

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы: 8-17 лет.

Условия набора детей: принимаются мальчики и девочки желающие заниматься боксом, не имеющие медицинских противопоказаний.

Наполняемость групп: 8-20 человек.

Формы и режим занятий.

Формы занятий:

- учебно-тренировочные;
- соревнования;
- учебно-тренировочные сборы:
- спортивно-оздоровительные лагеря;
- медицинский контроль;
- работа по индивидуальным планам в летний период.

Учебно-тренировочный процесс рассчитан на 39 учебных недель. Режим занятий: 6 часов.

Расписание занятий составляется с учетом создания благоприятных условий и режима тренировок, отдыха занимающихся, графика обучения их в общеобразовательных, специальных учреждениях.

Условия реализации программы:

- выполнение в полном объеме учебно-тренировочных работ;
- выполнение в полном объеме воспитательной работы;
- систематическое посещение учебно-тренировочных занятий, участие в соревнованиях;
- обеспечение учебно-тренировочного процесса соответствующей материально-технической базой, соответствующими условиями для проведения занятий.