Аннотация программы

Предпрофессиональная программа дополнительного образования (бокс)

Направленность: физкультурно-спортивная.

ЦЕЛЬ: Воспитание спортсменов высокой квалификации, потенциального резерва сборных команд субъектов федерации, страны.

Задачи:

- формирование знаний, умений и навыков в избранном виде спорта, формирование здорового образа жизни, вовлечение в систему регулярных занятий физической культурой и спортом, а также создание оптимальных условий для всестороннего полноценного развития двигательных и психофизических способностей, укрепления здоровья.
- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта «бокс»;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств; - укрепление здоровья;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейшей спортивной подготовки; повышение уровня общей физической и специальной физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовки;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «бокс»;
- формирование спортивной мотивации; - укрепление здоровья. повышение функциональных возможностей организма
- подготовка к поступлению в профессиональные образовательные организации и образовательные организации высшего образования, реализующие основные образовательные программы среднего профессионального и высшего образования по укрупненным группам специальностей и направлений подготовки в сфере образования и педагогики, в области физической культуры и спорта;

Основные задачи базового уровня сложности - вовлечение максимального числа детей и подростков в систему подготовки по боксу, направленную на гармоническое развитие физических качеств, общей физической подготовки и изучение базовой техники бокса, волевых и морально-этических качеств личности, формирования потребности к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни.

На углубленном уровне сложности - ставятся задачи подготовки для перехода перспективных боксёров на этапы спортивной подготовки. К которым относятся - состояние здоровья, дальнейшее развитие физических качеств, функциональной подготовленности, совершенствование технико-тактического арсенала, воспитание специальных психических качеств и приобретение соревновательного опыта с целью повышения спортивных результатов.

Рабочие программы по предметным областям

I. ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ ОБЛАСТИ

1.1. Теоретические основы физической культуры и спорта

1.2. Общая физическая подготовка. Общая и специальная физическая подготовка

1.3. Вид спорта (бокс)

1.4. Основы профессионального самоопределения

II. ВАРИАТИВНЫЕ ПРЕДМЕТНЫЕ ОБЛАСТИ

2.1. Различные виды спорта и подвижные игры

2.2. Судейская подготовка

2.3. Специальные навыки

Направленность	Срок реализации	Возраст учащихся	Уровень сложности	Категория детей (лет)	Интеграция по предметным областям	Процент практической составляющей	Форма промежуточной аттестации
Физкультурно-спортивная	8 лет	10-17 лет	базовый	10-15	Обязательные предметные области		Выполнение контрольно-переводных нормативов
					Теоретические основы физической культуры и спорта	Не менее 10%	
			углубленный	16-17	Общая физическая подготовка	30% (базовый уровень)	
					Общая и специальная физическая подготовка	15% (углубленный уровень)	
					Избранный вид спорта	Не менее 30%	
					Основы профессионального самоопределения	15% (углубленный уровень)	
					Вариативные предметные области		
					Различные виды спорта и подвижные игры	От 10% до 15%	
					Судейская подготовка	5% (углубленный уровень)	
					Специальные навыки	Не менее 15%	

Каждый уровень сложности предпрофессиональной программы дополнительного образования содержит достаточный объем часов по предметной области, которые позволяют формировать у учащихся универсальные, общепрофессиональные и профессиональные компетенции.

Содержание предметных областей и планируемые результаты освоения образовательной Программы учащимися

N п/п	Наименование предметных областей	Планируемые результаты по предметным областям **базового уровня** сложности программы	Планируемые результаты по предметным областям **углубленного уровня** сложности программы
1.	Обязательные предметные области		
1.1.	Теоретические основы физической культуры и спорта	- знание истории развития спорта; - знание места и роли физической культуры и спорта в современном обществе; - знание основ законодательства в области физической культуры и спорта; - знания, умения и навыки гигиены; - знание режима дня, основ закаливания организма, здорового образа жизни; - знание основ здорового питания; - формирование осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом.	- знание истории развития избранного вида спорта; - знание значения занятий физической культурой и спортом для обеспечения высокого качества жизни; - знание этических вопросов спорта; - знание основ общероссийских и международных антидопинговых правил; - знание норм и требований, выполнение которых необходимо для присвоения соответствующих спортивных званий и спортивных разрядов по избранному виду спорта, а также условий выполнения этих норм и требований; - знание возрастных особенностей детей и подростков, влияния на спортсмена занятий избранным видом спорта; - знание основ спортивного питания.
1.2.	Общая физическая подготовка	- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды; - повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы дальнейшей специальной физической	-

		подготовки; - развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий избранным видом спорта; - формирование двигательных умений и навыков; - освоение комплексов общеподготовительных, общеразвивающих физических упражнений; - формирование социально значимых качеств личности; - получение коммуникативных навыков, опыта работы в команде (группе); - приобретение навыков проектной и творческой деятельности.	
1.3.	Общая и специальная физическая подготовка	-	- укрепление здоровья, разностороннее физическое развитие, способствующее улучшению приспособленности организма к изменяющимся условиям внешней среды; - повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию как основы специальной физической подготовки; - развитие способности к проявлению имеющегося функционального потенциала в специфических условиях занятий по избранному виду спорта;

			- специальная психологическая подготовка, направленная на развитие и совершенствование психических функций и качеств, которые необходимы для успешных занятий избранным видом спорта.
1.4.	Вид спорта	- развитие физических способностей (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) в соответствии со спецификой избранного вида спорта; - овладение основами техники и тактики избранного вида спорта; - освоение комплексов подготовительных и подводящих физических упражнений; - освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности учащихся тренировочных нагрузок; - знание требований к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке в избранном виде спорта; - знание требований техники безопасности при занятиях избранным спортом; - приобретение опыта участия в физкультурных и спортивных мероприятиях; - знание основ судейства по избранному виду спорта	- обучение и совершенствование техники и тактики избранного вида спорта; - освоение комплексов специальных физических упражнений; - повышение уровня физической, психологической и функциональной подготовленности, обеспечивающей успешное достижение планируемых результатов; - знание требований федерального стандарта спортивной подготовки по избранному виду спорта; - формирование мотивации к занятиям избранным видом спорта; - знание официальных правил соревнований по избранному виду спорта, правил судейства; - опыт участия в физкультурных и спортивных мероприятиях.
1.5.	Основы профессионального самоопределения	-	- формирование социально значимых качеств личности; - развитие коммуникативных навыков, лидерского потенциала, приобретение опыта работы в команде

			(группе); - развитие организаторских качеств и ориентация на педагогическую и тренерскую профессии; - приобретение практического опыта педагогической деятельности, предпрофессиональная подготовка учащихся; - приобретение опыта проектной и творческой деятельности.
2.	**Вариативные предметные области**		
2.1.	Различные виды спорта и подвижные игры	- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с правилами избранного вида спорта и подвижных игр; - умение развивать физические качества по избранному виду спорта средствами других видов спорта и подвижных игр; - умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений; - приобретение навыков сохранения собственной физической формы.	
2.2.	Судейская подготовка		- освоение методики судейства физкультурных и спортивных соревнований и правильного ее применения на практике; - знание этики поведения спортивных судей; - освоение квалификационных требований спортивного судьи, предъявляемых к квалификационной категории "юный спортивный судья" по избранному виду спорта.

Виды учебной работы

		Распределение по годам обучения							
		Базовый уровень сложности						Углубленный уровень сложности	
		1 -й год	2 -й год	3 - й год	4 - й год	5 - й год	6 - й год	7 - й год	8 - й год

1	**Теоретические занятия**	13	13	13	15	15	21	21	21
2	**Практические занятия**	93	93	93	133	133	165	165	162
2.1	Тренировочные мероприятия	*75*	*75*	*75*	*109*	*109*	*132*	*132*	*132*
2.2	Физкультурные и спортивные мероприятия	*2*	*2*	*2*	*2*	*2*	*4*	*4*	*6*
2.3	Иные виды практических занятий	*16*	*16*	*16*	*22*	*22*	*29*	*29*	*26*
3	**Самостоятельная работа**	17	17	17	17	17	21	21	21
4	**Аттестация**	3	3	3	3	3	3	3	6
4.1	Промежуточная аттестация	*3*	*3*	*3*	*3*	*3*	*3*	*3*	*2*
4.2	Итоговая аттестация								*4*
	Общее количество занятий в год	**126**	**126**	**126**	**168**	**168**	**210**	**210**	**210**

Технические и программные средства обучения

Персональные компьютеры с программным обеспечением Windows 8.1.

Интернет

Ростелеком. Скорость подключения до 5Мбит/сек.

Формы текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Главным критерием для зачисляемых в группу подготовки является возраст и подготовленность учащихся.

Перевод учащегося на следующий год обучения базового или углубленного уровня сложности осуществляется путем сдачи контрольных нормативов в соответствии со стандартами спортивной подготовки по избранному виду спорта. Перевод учащегося на углубленный уровень сложности программы осуществляется на основании результатов промежуточной аттестации и с учетом результатов выступления на официальных соревнованиях.

Критерии оценки для приема контрольных нормативов по ОФП и СФП устанавливаются в соответствии со стандартами спортивной подготовки по избранному виду спорта.

Разработчик аннотации:

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе МБОУ ДО ДЮСШ г.Слюдянки Володченко Ольга Владимировна.