

**Описание и аннотация к
Дополнительной общеразвивающей программе
в области физической культуры и спорта «Основы бокса»**

Дополнительной общеразвивающей программе в области физической культуры и спорта «Основы бокса» – является дополнительной образовательной программой физкультурно-спортивной направленности, разработанной на основе следующих документов:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,
- Федерального закона от 14.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»,
- Приказа Минпросвещения России от 09.11.2018 №196 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- Приказа Министерства спорта РФ от 27 декабря 2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта",
- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

Программа Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «КСШ «Ямбург» отделения бокса призвана объединить в себе интересы ребенка, семьи, общества и государства, выступающим основным социальным заказчиком. Программа составлена с учетом потребностей детей, родителей, образовательных учреждений, социума.

Программа предусматривает осуществление физкультурно-оздоровительной работы, направленной на физическое образование, разностороннюю физическую подготовку, овладение основами техники бокса. Установка на всестороннее развитие личности предполагает овладение основами физической культуры, слагаемыми которой являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Цель программы – осуществление физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы среди детей, направленной на укрепление их здоровья и всестороннее физическое и личностное развитие, привлечение учащихся к систематическим занятиям физической культурой и спортом, подготовка детей к освоению предпрофессиональной программы.

Основные задачи:

- укрепление здоровья и гармоничное развитие всех органов и систем организма детей;
- формирование стойкого интереса к занятиям физической культурой и спортом, к занятиям боксом;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- овладение обучающимися основами техники базовых упражнений;
- воспитание нравственных качеств личности детей, мотивации для достижений.

Программа разработана для обучающихся 6 – 9 лет, период освоения программы составляет 1 год. Количество академических часов в неделю - 2 академических часа. Количество учебных недель – 46. Продолжительность академического часа – 45 минут.

При приеме детей на обучение по «Дополнительной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности «Основы бокса» отбор не проводится, осуществляется прием всех детей, желающих заниматься по данной программе, не имеющих медицинских противопоказаний.

№ п/п	Содержание занятий	всего часов
	Количество часов в неделю	2 часа
1	Теоретическая подготовка	4
2	Общая физическая подготовка (другие виды спорта и подвижные игры)	21
3	Специальная физическая подготовка	17
4	Технико-тактическая подготовка	14
5	Бокс	29
6	Участие в соревнованиях	
7	Психологическая подготовка	6
8	Медицинский контроль	1
	ВСЕГО	92