

Аннотация к рабочей программе по боксу этапа начальной подготовки 3-го года обучения

Рабочая программа по боксу разработана на основании дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по боксу, согласованной с УФКС администрации г. Белгорода, которая, в свою очередь, составлена в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Минспорта РФ от 22.11.2022 года № 1055 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «бокс».

Рабочая программа разработана для обучающихся 12-13 лет 3-го года обучения на этапе начальной подготовки.

Учебный план для 3 года обучения начальной подготовки рассчитан на 52 недели в год для реализации предметных областей в рамках проведения теоретических и практических занятий, тренировочных и спортивных мероприятий. Общий объем учебной нагрузки в год составляет 416 часов, из них 368 часов для реализации предметных областей в рамках проведения теоретических и практических занятий, тренировочных и спортивных мероприятий и 48 часов самостоятельная работа обучающихся.

Основными задачами реализации рабочей программы является:

- получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта «бокс»;
- формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта «бокс»;
- повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях, начиная с третьего года;
- укрепление здоровья.

Рабочая программа начальной подготовки 3-го года обучения обеспечивает индивидуальный характер развития обучающихся с учетом их личностных особенностей, спортивных интересов, уровня физической подготовленности, уровней сложности и распределяется следующим образом:

➤ учебный материал программы представлен в разделах, отражающих тот или иной вид подготовки боксеров: теоретическую, физическую, технико-тактическую, психологическую и соревновательную. Представлены разделы, в которых раскрывается перечень основных мероприятий по воспитательной работе, а также контрольные и переводные нормативы в группах НП.

Рабочая программа состоит из двух частей.

Первая часть программы - нормативная, которая включает в себя количественные рекомендации по группам обучающихся, общефизической подготовке, специально-физической, технико-тактической и теоретической подготовке, систему участия в соревнованиях, инструкторскую и судейскую практику по годам обучения для каждого этапа многолетней подготовки.

Особое внимание уделено контрольно-переводным и квалификационным нормативам по годам обучения.

Вторая часть программы - методическая, которая включает учебный материал по основным видам подготовки, его распределение по годам обучения и в годичном цикле, рекомендации по объему тренировочных и соревновательных нагрузок, содержит практические материалы и методические рекомендации по проведению учебно - тренировочных занятий, организации медико-педагогического и психологического контроля и управления.

Результатом реализации рабочей программы являются:

- укрепление здоровья и всестороннее физическое развитие подростков;
- постепенный переход к целенаправленной подготовке в избранном виде спорта;
- обучение технике бокса;
- повышение уровня физической подготовки на основе проведения спортивной подготовки;
- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий боксом.

Рабочая программа имеет следующую структуру: титульный лист, пояснительную записку, учебный план, методическую часть, план воспитательной работы, систему контроля и зачетные требования, календарь спортивных мероприятий и календарно -тематическое планирование на учебный год, перечень информационного обеспечения.