Аннотация

на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу Бокс

Направленность

Программа «Бокс» имеет физкультурно-спортивную направленность и ориентирована на физическое образование, разностороннюю физическую подготовку, овладение основами техники бокса.

Актуальность программы.

Актуальность предлагаемой дополнительной общеобразовательной программы определяется запросом со стороны учащихся и их родителей на развитие физических и психических качеств и свойств личности (силы, быстроты, выносливости, смелости, стойкости, целеустремлённости и т.п.), а также овладения искусством самозащиты и умения «постоять за себя» - то есть всего того, что и дают занятия боксом.

Объем и сроки реализации программы.

- 216 часов в год
- 1 год
- Уровень: общекультурный

Отличительные особенности Программа составлена на основе разработанного этапа начальной подготовки примерной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва - М.: Советский спорт, 2005. - 71 с. (Авторы: А. О. Акопян, Е. В. Калмыков, Г. В. Кургузов, В. А. Панков, А. В. Родионов, А. С. Черкасов) с учётом требований ФЕДЕРАЛЬНОГО СТАНДАРТА СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА БОКС», но имеет ряд отличительных особенностей:

- срок реализации программы - 1 год, основной акцент делается на формирование широкого круга двигательных умений и навыков.
- в оценке результатов используется система рейтинга результатов обучения, дающей возможность определить уровень эффективности и результативности освоения учебного материала, а также уровень достижений учащихся.

Адресат программы: в объединение зачисляются все желающие в возрасте с 7- до 9 лет преимущественно из учащихся ОУ, не имеющие медицинских противопоказаний.

Цель.

– осуществление физкультурно-оздоровительной и воспитательной работы среди детей, направленной на оздоровление воспитанников путем занятий боксом, приобщение к здоровому образу жизни.

Задачи:

Образовательная:

- сформировать устойчивого интереса к занятиям спортом;
- сформировать широкий круг двигательных умений и навыков;
- познакомить с основами техники по виду спорта бокс;
- дать представление об оздоровлении организма и улучшения самочувствия;
- научить правильно регулировать свою физическую нагрузку.

Воспитательная:

- сформировать стойкий интерес к занятиям спортом вообще и боксом в частности;
- способствовать повышению работоспособности учащихся;
- воспитывать дисциплинированность.

Развивающая?

- способствовать улучшению координации движений и развивать основные физические качества.

Условия реализации программы.

При реализации программы используется смешанное (гибридное) обучение - сочетание традиционных форм очного обучения с элементами электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, в котором используются системы google класса, виртуальные тренажеры, онлайн-игры и т.п.

В объединение принимаются мальчики с 7 до 9 лет, преимущественно из числа учащихся ОУ, не имеющие противопоказаний по медицинским показателям. Кроме того в объединение могут приниматься учащиеся других школ. В группе количество занимающихся – не менее 15 человек. Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа

Планируемые результаты.

Личностные:

- формирование мотивации к занятиям боксом;
- развитие у учащихся таких качеств, как целеустремленность, дисциплинированность, трудолюбие, воля к победе;
- знание основ гигиены, закаливания организма, профилактики травматизма и правила техники безопасности.

Метапредметные:

- уметь планировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной педагогом задачей;
- уметь определять общую цель, адекватно оценивать собственное.

Предметные:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ техники по виду спорта бокс;