**Аннотация**

**на дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «бокс»**

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «бокс» (далее - Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке по боксу с учётом требований, определённых федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта.

Программа составлена с учётом примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки в соответствии нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. От 06.03.2022) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. От 07.10.2022) «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный закон от 30.04.2021 № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «бокс», утверждённый приказом Минспорта России от «22 ноября 2022 года №1055

**Цель программы:**

Достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

**Основные задачи программы:**

* формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта «бокс»;
* формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «бокс»;
* обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности;
* укрепление здоровья.

**Срок реализации программы на этапах:**

* Этап начальной подготовки - 3 года
* Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) - 5 лет
* Этап совершенствования спортивного мастерства – не устанавливается.

**Срок реализации программы:** не ограничивается

**Возраст обучающихся**: с 9 лет, возраст обучающихся не ограничивается при условии вхождения их в список кандидатов в спортивную сборную команду Свердловской области по виду спорта «бокс» и участия в официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «бокс» не ниже уровня всероссийских спортивных соревнований и зачисления на этап совершенствования спортивного мастерства.

Годовой календарный учебный график рассчитан на 52 недели, в котором предусматриваются:

⎯ соотношение объёмов учебно-тренировочного процесса по видам спортивной подготовки на этапах спортивной подготовки по виду спорта «бокс»;

⎯ количество часов в неделю учебно-тренировочной нагрузки и общее количество часов в год;

⎯ объем соревновательной деятельности,

⎯ самостоятельная работа обучающихся, под контролем тренера-преподавателя на основании плана спортивной подготовки, ведения спортивного дневника самоконтроля и других форм и способов с применением дистанционных образовательных технологий

⎯ контроль соответствия уровня спортивной квалификации спортсмена этапу спортивной подготовки.

Программа предусматривает следующее соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Виды спортивной подготовки и иные мероприятия | Этапы и годы спортивной подготовки |
| Этап начальной подготовки | Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) | Этап совершенствования спортивного мастерства |
| До года | Свыше года | До трёх лет | Свыше трёх лет |
| 1. | Общая физическая подготовка (%) | 38-45 | 36-42 | 20-22 | 15-17 | 12-14 |
| 2. | Специальная физическая подготовка (%) | 10-14 | 15-18 | 16-21 | 17-22 | 17-22 |
| 3. | Участие в спортивных соревнованиях (%) | - | - | 2-4 | 3-5 | 3-5 |
| 4. | Техническая подготовка (%) | 22-30 | 32-35 | 35-41 | 33-40 | 31-39 |
| 5. | Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%) | 5-12 | 4-18 | 10-25 | 18-27 | 22-30 |
| 6. | Инструкторская и судейская практика (%) | - | - | 1-3 | 2-4 | 2-4 |
| 7. | Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%) | 1-3 | 1-3 | 2-4 | 2-4 | 4-6 |

Самостоятельная работа обучающихся не менее 10 % и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом.

*Требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях, обучающимся необходимо*:

⎯ повысить уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;

⎯ знать правила безопасности при занятиях видом спорта «бокс» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;

⎯ соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;

⎯ знать основные методы саморегуляции и самоконтроля;

⎯ овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «бокс»;

 ⎯ знать и соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;

⎯ ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания);

⎯ участвовать в официальных спортивных соревнованиях не ниже муниципального уровня с 3 года обучения;

⎯ повышать (подтверждать) уровень спортивной квалификации (спортивный разряд) в соответствии с этапом спортивной подготовки и годом обучения.

Реализацию программы обеспечивают 2 тренера-преподавателя отделения «бокс»:

Дружинин Юрий Сергеевич - тренер-преподаватель, высшая квалификационная категория, стаж работы более 21 лет.

Дружинин Георгий Юрьевич - тренер-преподаватель, 1 квалификационная категория, стаж работы более 5 лет.