

Содержание

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»:

- паспорт программы	3
- пояснительная записка.....	6
- цель и задачи программы.....	10
- планируемые результаты.....	11
- содержание программы.....	11

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»:

- учебный план.....	13
- календарный учебный график.....	14
- методические материалы.....	15
- требования техники безопасности в процессе реализации программы.....	21
- рабочая программа воспитания	27
- календарный план воспитательной работы.....	28
- формы аттестации.....	39
- оценочные материалы.....	40
- условия реализации программы.....	48
- перечень информационного, кадрового и материально-технического обеспечения реализации программы.....	48
- список литературы.....	49

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»

Паспорт дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной направленности «Прикладная подготовка с элементами бокса»

Программа раскрывает основы техники и тактики бокса, различные элементы защитных и атакующих боксёрских действий, методику развития физических качеств, воспитывает потребность и умение самостоятельно заниматься физическими упражнениями, укрепляя тем самым здоровье за счет повышения двигательной и гигиенической культуры, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и общения. Формой контроля полученных знаний является сдача нормативов по физической подготовке и теоретический экзамен по пройденным дисциплинам.

Свидетельство об обучении выдается обучающимся, успешно окончившим программу.

Программа реализуется один год в объеме 144 академических часа.

Уровень сложности	Описание уровня, планируемых результатов освоения программы	Формы организации образовательной деятельности, наполняемость групп	Нормативный срок освоения программы	Возраст обучающихся, адресат деятельности
1 год	<p>Реализация программы предполагает, что обучающийся пройдет теоретическую и физическую подготовку по виду спорта «бокс». Воспитанники овладеют основами техники бокса и выполнения обширного комплекса физических упражнений, а также освоят технику подвижных игр.</p> <p>Программа «Прикладная подготовка с элементами бокса» направлена на укрепление здоровья детей, их всесторонне физическое развитие и разработана таким образом, чтобы каждому вновь пришедшему воспитаннику было комфортно погрузиться в изучение данного вида спорта.</p> <p>На обучение принимаются все желающие в возрасте от 10 до 14 лет без предъявления каких-либо специальных требований к их знаниям, умениям и навыкам, но имеющие медицинское заключение об отсутствии противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом.</p>	<i>Групповая - 12 человек</i>	1 год	10-14 лет

Промежуточная и итоговая аттестации включают в себя сдачу нормативов по физической подготовке. Формы проведения занятий различны: лекции, семинары, тренировочные занятия. Занятия ведутся по 2 часа 2 раза в неделю.

Аннотация к рабочей программе:

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа направлена на формирование характерных особенностей подготовки юных спортсменов как единого непрерывного процесса. Усвоение и формирование спортивных знаний, умений и навыков способствуют воспитанию человека, готового защищать Родину. Рекомендуемая преимущественная направленность тренировочного процесса определяется с учетом благоприятных фаз возрастного развития физических качеств.

Программа предполагает в процессе ее изучения развитие гармоничной личности обучающегося, создание условий его физкультурно-оздоровительного, гражданского, нравственного воспитания.

Общеобразовательная общеразвивающая программа «Прикладная подготовка с элементами бокса» (минимум 144 ак.ч.).

Основной целью дисциплины является формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, укрепление здоровья, организация свободного времени, жизненного самоопределения учащихся средствами физкультурно-спортивной деятельности.

На изучение дисциплины отводится 100% учебного времени. С целью успешного освоения дисциплины педагог применяет при передаче воспитанникам специальные навыки, приобретенные посредством прохождения квалификационной подготовки. Основную роль в успешности изучения дисциплины играет компетентность педагогического состава и желание воспитанников изучать предлагаемую дисциплину.

Промежуточная и итоговая аттестации включают в себя сдачу нормативов по физической подготовке.

Формы проведения занятий различны: лекции, семинары, тренировочные занятия. Занятия ведутся по 2 часа 2 раза в неделю.

Пояснительная записка

Развитие духовных и физических сил человека, укрепление его здоровья, подготовка юношей к защите Отечества – постоянная забота нашего государства. Здоровье – комплексное сложное понятие, охватывающее физические, психические и социальные стороны человека.

Программа имеет физкультурно-спортивную направленность. Усвоение и формирование спортивных знаний, умений и навыков органично сочетаются, работая на главную цель программы – воспитание убежденных патриотов Родины.

Данный «конгломерат» и составляет новизну программы. В основу спортивной составляющей данной программы положены требования к подготовке военнослужащих Российской Армии.

Бокс – контактный вид спорта, единоборство, в котором спортсмены наносят друг другу удары кулаками в специальных перчатках. Бокс помогает развить такие важные для человека качества как: выносливость, храбрость, воля к победе, целеустремленность и настойчивость. Ребенок, изучающий этот вид единоборств становится дисциплинированным, сдержанным и учится контролировать свои эмоции. Занятия боксом – это хорошая оздоровительная нагрузка для нервной, дыхательной и сердечно-сосудистой систем. Во время упражнений работают все группы мышц, что позволяет избежать заболеваний, которые возникают при малоподвижном образе жизни (сколиоз, остеохондроз, лишний вес). Бокс развивает скорость, координацию движений, ловкость, ускоряется работа центральной нервной системы. Ведь во время поединка нужно быть внимательным, вовремя увернуться от удара соперника и правильно нанести свой. Бокс дарит выплеск эмоций. Особенно это важно для детей переходного возраста. В конечном счете, соблюдая умеренный режим занятий, дети, которые занимаются с хорошим тренером, вырастут физически подтянутыми, стойкими, эмоционально спокойными и способными разрешить любые жизненные ситуации.

Актуальность программы обусловлена рядом обстоятельств:

- признанием бокса в мире как одного из широко распространённых и традиционных видов единоборств;
- историческим наследием Российского бокса, начавшегося с кулачных боёв на Руси и получившего дальнейшее признание в советской и российской школе бокса;
- приоритетным направлением государственной политики по сохранению и укреплению здоровья, формированию навыков здорового образа жизни;
- практической значимостью бокса, заключающейся в профессиональной ориентации обучающихся и подготовке юношей к службе в рядах вооружённых сил России;
- возрастанием интереса детей и молодёжи к боксу, как к одному из любимых видов спорта, способствующему не только развитию физических качеств, но и являющемуся благородным искусством самозащиты.

Программа направлена на развитие интеллекта, морально - волевых и нравственных качеств, коллективных действий. Развитие и формирование личностных результатов, регулятивных, познавательных, творческих и коммуникативных способностей, обучающихся на основе их собственной предметной деятельности, также является отличительной чертой данной программы. Такой подход, направленный на социализацию и активизацию собственных знаний и умений, актуален в условиях необходимости осознания себя в качестве личности, способной к самореализации именно в школьном возрасте, что повышает самооценку ребенка и его оценку в глазах окружающих

Направленность программы – физкультурно-спортивная.

Основной вид деятельности по программе – занятия по виду спорта «Бокс».

Программа имеет большой *развивающий потенциал*, так как позволяет воспитанникам развить такие качества, как: ответственность, дисциплина, выдержка, внимательность, самообладание, т.е. качеств, способствующих быстрой адаптации в чрезвычайной ситуации.

При разработке дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы использованы следующие нормативные документы:

"Конституция Российской Федерации" (принята всенародным голосованием 12.12.1993 с изменениями, одобренными в ходе общероссийского голосования 01.07.2020).

Указ Президента РФ от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

Указ Президента РФ от 29 мая 2017 г. № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства на 2018 – 2027 годы».

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (изм. от 20.04.2021).

Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся».

Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изм. от 5.04.2021).

Федеральный закон от 29 декабря 2010 г. № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию» (изм. от 5.04.2021).

Паспорт национального проекта «Образование», утвержденного президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16).

Паспорт Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование», утвержденного протоколом заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07 декабря 2018 года № 3.

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

Распоряжение Правительства РФ от 23 января 2021 г. № 122-р «Об утверждении плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства, на период до 2027 года».

Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации».

Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 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» // зарег. в Минюсте 18.12.2020 № 61573.

Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Приказ Минпросвещения России от 03 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

Приказ Минпросвещения России от 2 февраля 2021 г. № 38 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Минпросвещения РФ от 3.09.2019 г. № 467»

Приказ Минпросвещения России от 02 декабря 2019 г. № 649 «Об утверждении Целевой модели цифровой образовательной среды».

Форма обучения – очная.

Форма реализации - с применением дистанционных образовательных технологий.

Обучение осуществляется на основе цифровых образовательных ресурсов, разрабатываемых с учетом требований законодательства.

Педагог создает обучающий курс на основе программы, наполняя его содержимым в виде лекций, звуковых и видео-файлов, презентаций, тестовых заданий и т. д. с учётом изменений и нововведений, произошедших за период массового внедрения цифровых технологий, и учитывает изменившиеся условия образовательной деятельности.

Материалы для изучения и вспомогательные материалы размещаются в формате массового открытого онлайн-курса на платформе «ПИОНЕР ОНЛАЙН», занятия проходят в формате видеоконференцсвязи через сервисы Zoom, Google Meet, Skype. Так же при необходимости педагогом проводятся индивидуальные консультации с обучающимися. Видеоуроки могут отправляться обучающимся по электронной почте.

Контроль выполнения заданий фиксируется посредством фотоотчетов, видеоотчетов, размещаемых детьми и (или родителями) по итогам занятия в группе Viber или направленных по электронной почте.

Практические занятия преимущественно осваиваются очно, в непосредственном контакте с педагогом.

Организация обучения при использовании дистанционных образовательных технологий основывается на **принципах**:

- общедоступности, индивидуализации обучения, помощи и наставничества;
- адаптивности, позволяющий легко использовать учебные материалы нового поколения, содержащие цифровые образовательные ресурсы, в конкретных условиях учебного процесса, что способствует сочетанию разных дидактических моделей проведения занятий с применением дистанционных образовательных технологий;
- гибкости, дающий возможность участникам образовательного процесса работать в необходимом для них темпе и в удобное для себя время;
- модульности, позволяющий использовать обучающемуся и преподавателю необходимые им отдельные составляющие учебного курса для реализации индивидуальных учебных планов;
- оперативности и объективности оценивания учебных достижений обучающихся.

За счет включения в программу разделов общей и специальной физической подготовки, оказанию первой помощи и самообороны у обучающихся формируются и развиваются навыки, присущие универсальному спортсмену с выраженным патриотическим устоем. Тесная связь программы с практической деятельностью позволяет воспитанникам на практике применять полученные навыки. Материал для проектной деятельности обучающихся позволяет сформировать современные *ценностные ориентиры*, направленные на духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, формирование общей культуры обучающихся, социализацию и самоопределение, здоровый и безопасный образ жизни: творчество, созидание, целеустремленность и настойчивость, самовыражение личности; любовь к России, своему народу, краю, семье, доверие к людям, многообразию и уважение культур и народов, социальная ответственность и компетентность, закон и правопорядок, нравственный выбор, милосердие, честь, достоинство, уважение родителей, забота о старших и младших; личность, труд, информация, выбор профессии; жизнь во всех ее проявлениях, здоровье, безопасность, экологическая ответственность и т.д.

Программа предназначена для детей и подростков в возрасте от 10 до 14 лет. Комплектование учебных групп осуществляется на основе добровольного выбора подростком данного вида деятельности.

Объем программы составляет не менее 144 академических часов. *Нормативный срок освоения* программы: 1 год.

Программа реализуется на базовом уровне сложности. На базовый уровень программы зачисляются обучающиеся в соответствии с возрастом, на который рассчитана программа, без предъявления специальных требований.

Программа включает в себя следующие *дисциплины (модули)*.

Общая физическая подготовка. Занятие общей физической подготовкой – неотъемлемая часть жизнедеятельности человека, которая способствует улучшению состояния здоровья, повышению иммунитета, развитию культуры мышц и улучшению работоспособности в любом возрасте.

Акробатика. Акробатические занятия необходимы для успешного овладения воспитанниками прикладных видов спорта, т.к. позволяют научиться выполнять различные элементы нижней и верхней акробатики, научиться выполнять самостраховку при падении.

Самооборона. Для успешного становления спортсмена необходимы знания самообороны, т.к. они позволяют выполнять удары руками и ногами, выполнять броски, подсечки. А также с помощью самообороны возможно научиться противостоять противнику с различным видом оружия.

Специальная физическая подготовка. Изучение специальных упражнений, направленных на совершенствование технических навыков спортсмена. К СФП также относят подвижные игры.

Оказание первой помощи. Даже самому юному спортсмену необходимо знать основы оказания первой помощи, чтобы в чрезвычайной ситуации быстро и спокойно сориентироваться, имея возможность помочь постороннему человеку или самому себе. Цель ее состоит в устранении явлений, угрожающих жизни, а также – в предупреждении дальнейших повреждений и возможных осложнений.

Основы бокса. Основы бокса раскрываются в технико-тактической подготовке, где происходит обучение спортсмена стандартной технике движения и действий, служащих средствами ведения спортивной борьбы, а также совершенствование техники боевых приемов в соответствии с индивидуальными

особенностями спортсмена и другими задачами подготовки.

Свидетельство об окончании программы выдается обучающимся, успешно окончившим программу.

Для реализации программы *группы формируются* по уровню готовности обучающихся к освоению программы по возрастному принципу от 12 человек.

Отдельные разделы программы изучаются с использованием *дистанционных* образовательных технологий.

С целью успешного освоения программы педагоги применяют программный материал, тесно связанный с непосредственной жизнью подростка и проектные технологии. Продуктивными *методами работы* с обучающимися по программе являются словесные методы, которые применяются по мере их необходимости. Индивидуальный подход к ребенку обеспечивается за счет принципов доверия, поддержки, психологической комфортности и защищенности.

Цель и задачи программы

Целью программы является:

формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, укрепление здоровья, организация свободного времени, жизненного самоопределения учащихся средствами физкультурно-спортивной деятельности.

Задачи:

Обучающие задачи:

1. Содействовать развитию физических качеств и двигательных способностей;
2. Сформировать специальные умения и навыки через обучение технико–тактическим приемам;
3. Передать воспитанникам специальные знания.

Развивающие задачи:

1. Сформировать стойкий интерес к занятиям боксом;
2. Развить волевые качества (смелость, уверенность, стойкость, целеустремленность, самообладание), а также дисциплинированность, ответственность, чувства долга, формирование гражданской позиции.

Воспитательные задачи:

1. Воспитание нравственных качеств.
2. Приобщение к здоровому образу жизни.
3. Интернациональное воспитание.

Планируемые результаты

По окончании обучения воспитанник должен:

Знать	Уметь
<ul style="list-style-type: none">• Основы самообороны, основания для применения самообороны.• Основы оказания первой помощи, правовые нормы оказания помощи.• Значение общего развития человека, методы и средства ОФП и СФП, теоретические сведения о боксе, о влиянии физических упражнений на самочувствие;	<ul style="list-style-type: none">• Применять приемы самообороны в помещении и в условиях городской среды, если исключена возможность разрешения конфликта мирным путем.• Оказывать первую помощь пострадавшему. Останавливать кровотечения, накладывать жгут, определять время наложения жгута. Уметь бинтовать любые участки тела, определять характер повреждения.• Использовать простейший спортивный инвентарь и оборудование; выполнять общеразвивающие и специальные физические упражнения; управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий общефизической подготовкой, игровой и соревновательной деятельности.

Содержание программы

Дисциплина 1.

Раздел 1. Общая физическая подготовка (20 ч)

Теория (1 ч): Теоретические основы физической подготовки.

Практика (19 ч): Растягивание. Гимнастика. Упражнения с набивным мячом. Упражнения с отягощениями. Упражнения с теннисными мячами.

Дисциплина 2.

Раздел 1. Акробатика (12 ч)

Теория (2 ч): Теоретические основы акробатики.

Практика (10 ч): Развитие ловкости, балансировки, прыгучести, гибкости и силы.

Дисциплина 3.

Раздел 1. Самооборона (12 ч)

Теория (2 ч): Теоретические основы самообороны.

Практика (10 ч): Применение элементов бокса в самообороне, приемы самообороны по блокировке и отводу ударов, тактика бокса в самообороне.

Дисциплина 4.

Раздел 1. Специальная физическая подготовка. (20 ч)

Теория (1 ч): Теоретические основы специальной физической подготовки.

Практика (19 ч): Упражнения в ударах по боксерским снарядам. Упражнения со скакалкой. Бой с тенью. Имитация боевых действий. Ближний бой; вход, выход; развитие атак в ближайшем бою.

Дисциплина 5.

Раздел 1. Оказание первой помощи. (8 ч)

Теория (2 ч): Теоретические основы оказания первой помощи.

Практика (6 ч): Оказание первой помощи пострадавшему; изучение приемов искусственного дыхания, случаи их применения; средства транспортировки, подготовка пострадавшего к транспортировке.

Дисциплина 6.

Раздел 1. Основы бокса. (72 ч)

Теория (2 ч): История становления бокса.

Практика (70 ч): Учебная стойка. Передвижения в учебной стойке. Имитация прямых ударов в учебной стойке. Боевая стойка. Упражнения в боевой стойке. Техника передвижения. Защита подставкой. Изучение прямых ударов в боевой стойке. Боевые дистанции. Защита сведением рук. Одиночные прямые удары в голову и защиты от них. Прямые удары в туловище и защиты подставкой. Защиты отбивами. Совершенствование техники прямых ударов и защит в перчатках. Защиты отклонами. Контратаки одиночными ударами. Повторные и двойные удары в голову и туловище. Финты и ложные действия. Комбинации из трех-четырех прямых ударов. Защиты уходом и отходом. Условные бои. Защиты уклонами. Контратаки двойными ударами. Контратаки сериями ударов. Удары снизу и защиты от них. Комбинации из ударов снизу. Удары сбоку и защиты от них. Комбинации из ударов снизу и сбоку. Комбинации из прямых ударов и ударов сбоку; защиты от них. Вольные бои и спарринги.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

Учебный план

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
физкультурно-спортивной направленности
«Прикладная подготовка с элементами бокса».

Уровень сложности	год обучения	дисциплины (модули) / разделы	количество академических часов			Формы промежуточной (итоговой) аттестации*
			всего	теория	практика	
Базовый	1	Общая физическая подготовка	20	1	19	Выполнение контрольных нормативов
		Акробатика	12	2	10	Выполнение контрольных нормативов
		Самооборона	12	2	10	Выполнение контрольных нормативов
		Специальная физическая подготовка	20	1	19	Выполнение контрольных нормативов
		Оказание первой помощи	8	2	6	Выполнение контрольных нормативов
		Основы бокса	72	2	70	Выполнение контрольных нормативов
ИТОГО (min) объем программы			144	10	134	

Календарный учебный график

Уровень сложности	Сроки реализации, кол-во учебных недель в год	кол-во ч/нед	Кол-во занятий в неделю, продолж. одного занятия (мин)
		«Прикладная подготовка с элементами бокса»	
Базовый	36 недель (с 15 сентября по 15 июня)	4	2 занятия в неделю по расписанию по 135 минут с перерывом

Методические материалы

Принципы и методы, технологии обучения

Методика обучения боксу опирается на общедидактические и специальные, свойственные спортивной педагогике, принципы обучения. Ведущими среди общепедагогических принципов обучения являются:

- *принцип сознательности и активности;*
- *принцип наглядности;*
- *принцип доступности и индивидуализации;*
- *принцип систематичности;*
- *принцип гуманности.*

В процессе обучения по боксу обучающийся не только приобретает знания о специальной подготовке, у него формируются, совершенствуются не только физические навыки, но и развивается лидерство, сопереживание, чувство ответственности за себя и своих товарищей. Происходит развитие таких качеств как: выносливость, упорство, ответственность, честность, отзывчивость, щедрость. Таким образом, в процессе обучения происходит становление личности обучающегося.

Принцип сознательности и активности. При пассивном отношении занимающихся эффект от занятий физическими упражнениями снижается на 50% и больше. Реализация этого принципа предполагает выполнение тренером-преподавателем следующих требований: формировать у занимающихся осмысленное отношение и интерес к целям физического воспитания и конкретным задачам занятия; формировать устойчивую потребность к регулярным занятиям физическими упражнениями; вырабатывать привычку к анализу, самоконтролю и корректировке своих действий при выполнении упражнений; воспитывать самостоятельность, инициативность, творческое начало при решении задач.

Принцип наглядности предполагает активное и комплексное использование всех органов чувств (а не только опору на зрительно воспринимаемую информацию). Неадекватно значение различных средств и методов для реализации принципа наглядности на разных этапах обучения двигательному действию. Следует оптимально сочетать непосредственную (показ упражнения) и опосредованную наглядность (демонстрация наглядных пособий, кино- и видеоматериалов, использование образного слова); избирательное (направленное воздействие на органы чувств и анализаторы) и комплексное воздействие на функции анализаторов движений. Причем необходимо добиваться воздействия на функции не только внешних (зрительной, слуховой, тактильной), но и внутренних сенсорных систем для саморегуляции движений (проприорецепторы мышц, связок, суставов, рецепторов вестибулярного аппарата).

Принцип доступности и индивидуализации означает соблюдение меры между возможностями занимающихся и объективными трудностями выполнения ФУ (координационной сложности, интенсивности, длительности и др.) или оптимальное сочетание задач, средств и методов физического воспитания с возможностями занимающихся. Доступность - это не легкость, а посильная

трудность. Условия доступности: постепенность (от простого к сложному, от легкого к трудному); использование подводящих и подготовительных упражнений. Иногда в педагогических целях целесообразно использовать и метод контрастных заданий: броски предметов разного веса или одного предмета на разные расстояния, прыжки обычные и со свинцовым поясом и др.

Принцип доступности неотделим от *принципа индивидуализации*: использование средств, методов и форм занятий с учетом функциональных возможностей и морфологических особенностей индивидуума, т.е. следует гибко индивидуализировать процесс физического воспитания. Бессистемность, неупорядоченность недопустимы, они приводят к резкому снижению эффекта занятий и всего процесса воспитания.

Бокс является практическим видом деятельности. Обучение в значительной мере сводится к формированию и совершенствованию практических профессиональных навыков спортсмена. Ни одним из методов нельзя ограничиваться в методике физического воспитания как наилучшим. Только оптимальное сочетание методов в соответствии с методическими принципами может обеспечить успешную реализацию комплекса задач физического воспитания. Поэтому в методике по боксу применяются такие общепедагогические методы, как словесные и методы наглядного воздействия. А также используются следующие специфические методы: строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный.

Словесные методы. В физическом воспитании тренер-преподаватель свои общепедагогические и специфические функции в значительной мере реализует с помощью слова: ставит перед занимающимися задачи, управляет их учебно-практической деятельностью на занятиях, сообщает знания, оценивает результаты освоения учебного материала, оказывает воспитательное влияние на учеников.

В физическом воспитании применяются следующие словесные методы.

1. Дидактический рассказ. Представляет собой изложение учебного материала в повествовательной форме. Его назначение — обеспечить общее, достаточно широкое представление о каком-либо двигательном действии или целостной двигательной деятельности. Наиболее широко применяется в процессе физического воспитания детей младшего и среднего школьного возраста.

Чем старше занимающиеся, тем шире вместо рассказа применяются описание, объяснение учебного материала и лекция.

2. Описание. Это способ создания у занимающихся представления о действии. Описание предусматривает четкое, выразительное, образное раскрытие признаков и свойств предметов, их величины, расположения в пространстве, форм, сообщение о характере протекания явлений, событий. При помощи описания занимающимся сообщается главным образом фактический материал, говорится, что надо делать, но не указывается, почему надо так делать.

3. Объяснение. Метод представляет собой последовательное, строгое в логическом отношении изложение преподавателем сложных вопросов, например, понятий, законов, правил и т.д. Практически объяснение характеризуется доказательством утверждений, аргументированностью выдвинутых положений, строгой логической последовательностью изложения фактов и обобщений.

4. Разбор — форма беседы, проводимая педагогом с занимающимися после выполнения какого-либо двигательного задания, участия в соревнованиях, игровой деятельности и т.д., в которой осуществляются анализ, и оценка достигнутого результата и намечаются пути дальнейшей работы по совершенствованию достигнутого.

5. Лекция представляет собой системное, всестороннее, последовательное освещение определенной темы (проблемы).

6. Инструктирование — точное, конкретное изложение преподавателем предлагаемого занимающимся задания.

7. Комментарии и замечания. Преподаватель по ходу выполнения задания или сразу же за ним в краткой форме оценивает качество его выполнения или указывает на допущенные ошибки. Замечания могут относиться ко всем занимающимся, к одной из групп или к одному ученику.

8. Распоряжения, команды, указания — основные средства оперативного управления деятельностью, занимающихся на занятиях.

В физическом воспитании методы обеспечения наглядности способствуют зрительному, слуховому и двигательному восприятию занимающимися выполняемых заданий. К ним относятся:

1) метод непосредственной наглядности (показ упражнений преподавателем или по его заданию одним из занимающихся);

2) методы опосредованной наглядности (демонстрация учебных видеофильмов, двигательных действий, рисунков, схем и др.);

3) методы направленного прочувствования двигательного действия;

4) методы срочной информации.

Основным методическим направлением в процессе физического воспитания является строгая регламентация упражнений. Сущность методов строго регламентированного упражнения заключается в том, что каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой.

Методы строго регламентированного упражнения обладают большими педагогическими возможностями. Они позволяют: 1) осуществлять двигательную деятельность занимающихся по твердо предписанной программе (по подбору упражнений, их связкам, комбинациям, очередности выполнения и т.д.); 2) строго регламентировать нагрузку по объему и интенсивности, а также управлять ее динамикой в зависимости психофизического состояния занимающихся и решаемых задач; 3) точно дозировать интервалы отдыха между частями нагрузки; 4) избирательно воспитывать физические качества; 5) использовать физические упражнения в занятиях с любым возрастным контингентом; 6) эффективно осваивать технику физических упражнений и т.д.

В практике физического воспитания все методы строго регламентированного упражнения подразделяются на две подгруппы: 1) методы обучения двигательным действиям; 2) методы воспитания физических качеств.

В системе физического воспитания игра используется для решения образовательных, оздоровительных и воспитательных задач.

Сущность игрового метода заключается в том, что двигательная деятельность занимающихся организуется на основе содержания, условий и правил игры.

Основными методическими особенностями игрового метода являются:

1) игровой метод обеспечивает всестороннее, комплексное развитие физических качеств и совершенствование двигательных умений и навыков, так как в процессе игры они проявляются не изолированно, а в тесном взаимодействии; в случае же педагогической необходимости с помощью игрового метода можно избирательно развивать определенные физические качества (подбирая соответствующие игры);

2) наличие в игре элементов соперничества требует от занимающихся значительных физических усилий, что делает ее эффективным методом воспитания физических способностей;

3) широкий выбор разнообразных способов достижения цели, импровизационный характер действий в игре способствуют формированию у человека самостоятельности, инициативы, творчества, целеустремленности и других ценных личностных качеств;

4) соблюдение условий и правил игры в условиях противоборства дает возможность педагогу целенаправленно формировать у занимающихся нравственные качества: чувство взаимопомощи и сотрудничества, сознательную дисциплинированность, волю, коллективизм и т.д.;

5) присущий игровому методу фактор удовольствия, эмоциональности и привлекательности способствует формированию у занимающихся (особенно у детей) устойчивого положительного интереса и деятельного мотива к физкультурным занятиям.

Соревновательный метод — это способ выполнения упражнений в форме соревнований. Сущность метода заключается в использовании соревнований в качестве средства повышения уровня подготовленности занимающихся. Обязательным условием соревновательного метода является подготовленность занимающихся к выполнению тех упражнений, в которых они должны соревноваться.

В практике физического воспитания соревновательный метод проявляется:

1) в виде официальных соревнований различного уровня (Олимпийские игры, чемпионаты мира по различным видам спорта, первенство страны, города, отборочные соревнования и т.п.);

2) как элемент организации урока, любого физкультурно-спортивного занятия, включая и спортивную тренировку.

Соревновательный метод позволяет: стимулировать максимальное проявление двигательных способностей и выявлять уровень их развития; выявлять и оценивать качество владения двигательными действиями; обеспечивать максимальную физическую нагрузку; содействовать воспитанию волевых качеств.

В работе с обучающимися используются различные образовательные **технологии:**

- Здоровьесберегающие технологии
- Информационные технологии
- Игровые технологии
- Проектная деятельность

Здоровьесберегающие технологии. Учебный план построен оптимально комфортно для воспитанников, учебная нагрузка не противоречит нормативно – правовым требованиям, методы обучения подбираются с учетом сохранения психоэмоционального и физического здоровья воспитанников. С целью поддержания здоровья учащихся и формирования у них необходимых навыков здорового образа жизни педагог выполняет санитарно – гигиенические требования (проветривание спортивного зала, соблюдение светового режима и т.д.).

Деятельность тренера-преподавателя по сохранению здоровья детей является одной из составляющих качеств результата. Сейчас практически не встретишь абсолютно здорового ребенка. Интенсивность учебного труда учащихся очень высокая, что является существенным фактором ослабления здоровья и роста числа различных отклонений в состоянии организма. Причинами этих отклонений являются малоподвижный образ жизни, накопление отрицательных эмоций без физической разрядки, вследствие чего происходят психоэмоциональные изменения: замкнутость, неуравновешенность, чрезмерная возбудимость. Тревога за результат и его ожидание приводят к росту психической нагрузки, нервным потрясениям, школьным стрессам и отбивают желание быть активным.

Все вышеперечисленные причины приводят к тому, что ребенок не только имеет проблемы со здоровьем, но у него появляются еще и проблемы личностного плана. Отсутствие стойких интересов и увлечений, связанных с расширением своего кругозора, апатия, закрытость – это те немногие симптомы, которые связаны с малоподвижным образом жизни. В связи с ухудшающимся уровнем здоровья подрастающего поколения.

Для достижения целей здоровьесберегающих технологий применяются следующие группы средств: гигиенические факторы; оздоровительные силы природы; средства двигательной направленности.

Информационные технологии. В настоящее время тренер сталкивается с проблемой снижения уровня двигательной активности, познавательной деятельности учащихся на тренировке, да и просто нежеланием тренироваться. Один из способов развития двигательной активности и познавательной деятельности учащихся – это применение видеофильмов, мультимедиа технологий, компьютера.

Цель использования технологии: повышение качества образования через использование информационных технологий на тренировках и внеучебных занятиях наряду с традиционными формами обучения

Результат использования технологии: интенсификация всех уровней учебно-воспитательного процесса за счет применения средств современных информационных технологий. ИКТ позволило значительно расширить и разнообразить содержание обучения на тренировках.

Игровые технологии. На тренировках занимают важное место в образовательном процессе. Ценность игровой деятельности заключается в том, что она учитывает психолого-педагогическую природу ребенка, отвечает его потребностям и интересам. Игра формирует типовые навыки социального поведения, специфические системы ценностей, ориентацию на групповые и индивидуальные действия, развивает стереотипы поведения в человеческих общностях. Игровая деятельность дает возможность повысить у обучающихся интерес к учебным тренировкам. Позволяет усвоить большее количество информации, основанной на примерах конкретной деятельности, моделируемой в игре, помогает ребятам в процессе игры научиться принимать ответственные решения в сложных ситуациях. Использование игровых форм занятий ведет к повышению творческого потенциала обучаемых и к более глубокому, осмысленному и быстрому освоению материала. Самоценность игры заключается в том, что она осуществляется не под давлением жизненной необходимости, а от физиологической необходимости обучающихся двигаться, играть. Игра – это проявление желания действовать. Убыстрение темпа современной жизни ставит задачу более активно использовать игру для воспитания подрастающего поколения. Сейчас очевидно, что игры необходимы для обеспечения гармоничного

сочетания умственных, физических и эмоциональных нагрузок, общего комфортного состояния. Исследования игровой деятельности подчеркивают ее уникальные возможности в физическом и нравственном воспитании детей, особенно в развитии познавательных интересов, в выработке воли и характера, в формировании умений ориентироваться в окружающей действительности.

Проектная деятельность. Использование проектов позволяет строить обучение на активной основе, через целенаправленную деятельность воспитанника, соотносясь с его личным интересом. Составляя проект, он превращается из объекта в субъект обучения. Такая работа даёт возможность осознать, что тренировки развивают не только физически, но и интеллектуально.

Создание условий для развития способности школьников и студентов к самообучению путем исследовательской творческой учебной работы учащихся, направленной на интеграцию и актуализацию знаний; для познавательной активности учащихся используется видеометод, который обеспечивает: возможность дать ученикам более полную, достоверную информацию об изучаемых спортивных элементах; повысить роль наглядности в учебном процессе; удовлетворить запросы и интересы учащихся; наладить эффективную обратную связь.

Использование мультимедийных презентаций при создании проектов, обучение в сотрудничестве, дискуссий, что обеспечило более эффективное соприкосновение начальной военной подготовки и внешних информационных потоков, взаимодействие с учащимися.

Требования техники безопасности в процессе реализации программы

В процессе реализации программы используется *оборудование повышенной опасности: Видео оборудование, боксёрские перчатки, капы, шлемы*. Оборудование должно удовлетворять следующим требованиям: быть исправным, не изношенным, применимым при практических занятиях. Основной осмотр оборудования на предмет безопасности проводится один раз в год комиссионно, с оформлением соответствующего акта. Функциональный осмотр оборудования на предмет исправности, устойчивости, износа проводится один раз в квартал педагогами, использующими в работе данное оборудование. Визуальный осмотр оборудования на предмет видимых нарушений, очевидных неисправностей проводит педагог перед каждым занятием.

Инструктаж по технике безопасности обучающихся проводит педагог объединения не реже двух раз в год – в сентябре (вводный) и в январе (повторный). Для обучающихся, пропустивших инструктаж по уважительной причине, - в день выхода на занятия; для обучающихся, поступивших в течение учебного года – в первый день их занятий. Этот инструктаж включает в себя: информацию о режиме занятий, правилах поведения обучающихся во время занятий, во время перерывов в помещениях, на территории учреждения, инструктаж по пожарной безопасности, по электробезопасности, правила поведения в случае возникновения чрезвычайной ситуации, по правилам дорожно-транспортной безопасности, безопасному маршруту в учреждение и т.д. (Инструкция 1).

Непосредственно перед каждым занятием по дисциплине «Прикладная подготовка с элементами бокса» проводится *промежуточный инструктаж* в соответствии с инструкцией 2, который напоминает обучающимся о безопасном поведении на занятиях.

Кроме этого, в процессе реализации программы проводятся следующие *целевые инструктажи*: при участии в массовых мероприятиях (инструкция 3).

Инструкция по технике безопасности для обучающихся
ГАУ ДО ТО «Дворец творчества и спорта «Пионер»

Общие правила поведения для обучающихся Дворца устанавливают нормы поведения в здании и на территории учреждения.

Обучающиеся должны бережно относиться к имуществу, уважать честь и достоинство других обучающихся и работников Дворца и выполнять правила внутреннего распорядка:

- соблюдать расписание занятий, не опаздывать и не пропускать занятия без уважительной причины. В случае пропуска предупредить педагога;
- приходить в опрятной одежде, предназначенной для занятий, иметь сменную обувь;
- соблюдать чистоту во Дворце и на территории вокруг него;
- беречь здание Дворца, оборудование и имущество;
- экономно расходовать электроэнергию и воду во Дворце;
- соблюдать порядок и чистоту в раздевалке, туалете и других помещениях Дворца;
- принимать участие в коллективных творческих делах Дворца;
- уделять должное внимание своему здоровью и здоровью окружающих.

Всем обучающимся, находящимся во Дворце, ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- использовать в речи нецензурную брань;
- наносить моральный и физический вред другим обучающимся;
- бегать вблизи оконных проемов и др. местах, не предназначенных для игр;
- играть в азартные игры (карты, лото и т.д.);
- приходить во Дворец в нетрезвом состоянии, а также в состоянии наркотического или токсического опьянения. Курить во Дворце, приносить и распивать спиртные напитки (в том числе пиво), употреблять наркотические вещества
- входить во Дворец с большими сумками (предметами), с велосипедами, колясками, санками и т.п., а также в одежде, которая может испачкать одежду других посетителей, мебель и оборудование Дворца;
- приносить во Дворец огнестрельное оружие, колющие, режущие и легко бьющиеся предметы, отравляющие, токсичные, ядовитые вещества и жидкости, бытовые газовые баллоны;
- пользоваться открытым огнём, пиротехническими устройствами (фейерверками, бенгальским огнём, петардами и т.п.);
- самовольно проникать в служебные и производственные помещения Дворца;
- наносить ущерб помещениям и оборудованию Дворца;
- наносить любые надписи в зале, фойе, туалетах и других помещениях;
- складировать верхнюю одежду на стульях в вестибюлях 1-го и 2-го этажей;
- выносить имущество, оборудование и другие материальные ценности из помещений Дворца;

- находиться в здании Дворца в выходные и праздничные дни (в случае отсутствия плановых мероприятий, занятий).

Требования безопасности перед началом и во время занятий

- Находиться в помещении только в присутствии педагога;
- соблюдать порядок и дисциплину во время занятий;
- не включать самостоятельно приборы и иные технические средства обучения;
- поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте;
- при работе с острыми, режущими инструментами надо соблюдать инструкции по технике безопасности;
- размещать приборы, материалы, оборудование на своем рабочем месте таким образом, чтобы исключить их падение или опрокидывание;
- при обнаружении каких-либо неисправностей в состоянии используемой техники, прекратить работу и поставить в известность педагога;

Правила поведения во время перерыва между занятиями

- Обучающиеся обязаны использовать время перерыва для отдыха.
- Во время перерывов (перемен) обучающимся запрещается шуметь, мешать отдыхать другим, бегать по лестницам, вблизи оконных проёмов и в других местах, не приспособленных для игр; - толкать друг друга, бросаться предметами и применять физическую силу для решения любого рода проблем; - употреблять непристойные выражения и жесты в адрес любых лиц, запугивать, заниматься вымогательством. - производить любые действия, влекущие опасные последствия для окружающих
- Во время перемен обучающимся не разрешается выходить из учреждения без разрешения педагога (тренера-преподавателя).

На территории образовательного учреждения

- Запрещается курить и распивать спиртные напитки во Дворце на его территории.
- Запрещается пользоваться осветительными и нагревательными приборами с открытым пламенем и спиралью.

Правила поведения для обучающихся во время массовых мероприятий.

- Во время проведения соревнований, конкурсов, экскурсий, походов и т.д. обучающийся должен находиться со своим педагогом и группой.
- Обучающиеся должны строго выполнять все указания педагога при участии в массовых мероприятиях, избегать любых действий, которые могут быть опасны для собственной жизни и для жизни окружающих.
- Одежда и обувь должна соответствовать предполагаемому мероприятию (соревнованию, конкурсу, экскурсии, походам).
- При возникновении чрезвычайной ситуации немедленно покинуть Дворец через ближайший выход.

Требования безопасности в аварийных ситуациях

- При возникновении аварийных ситуаций (пожар и т.д.), покинуть кабинет по указанию педагога в организованном порядке, без паники.
- В случае травматизма обратиться к педагогу за помощью.
- При плохом самочувствии или внезапном заболевании сообщить педагогу или другому работнику учреждения.

Правила поведения детей и подростков в случае возникновения пожара

- При возникновении пожара (вид открытого пламени, запах гари, задымление) немедленно сообщить педагогу.
- При опасности пожара находиться возле педагога. Строго выполнять его распоряжения.
- Не поддаваться панике. Действовать согласно указаниям работников учебного заведения.
- По команде педагога эвакуироваться из здания в соответствии с определенным порядком. При этом не бежать, не мешать своим товарищам.
- При выходе из здания находиться в месте, указанном педагогом.
- Старшеклассники должны знать план и способы эвакуации (выхода из здания) на случай возникновения пожара, места расположения первичных средств пожаротушения и правила пользования ими.
- Нельзя гасить загоревшиеся электроприборы водой.

Внимание! Без разрешения администрации и педагогических работников учреждения воспитанникам не разрешается участвовать в пожаротушении здания и эвакуации его имущества.

Обо всех причиненных травмах (раны, порезы, ушибы, ожоги и т.д.) обучающиеся обязаны немедленно сообщить работникам образовательного учреждения.

Правила поведения детей и подростков по электробезопасности

- Неукоснительно соблюдайте порядок включения электроприборов в сеть: шнур сначала подключайте к прибору, а затем к сети.
- Отключение прибора производится в обратной последовательности. Не вставляйте вилку в штепсельную розетку мокрыми руками.
- Перед включением проверьте исправность розетки сети, вилку и сетевой шнур на отсутствие нарушения изоляции.
- Прежде чем включить аппарат внимательно ознакомьтесь с руководством по эксплуатации, и помните о мерах предосторожности:
- Не загораживайте вентиляционные отверстия, они необходимы для предотвращения перегрева;
- Во избежание несчастных случаев не включайте аппарат при снятом корпусе.
- При прекращении подачи тока во время работы с электрооборудованием или в перерыве работы, отсоедините его от электросети.
- Запрещается разбирать и производить самостоятельно ремонт самого оборудования, проводов, розеток и выключателей.
- Не подходите к оголенному проводу и не дотрагивайтесь до него (может ударить током.)
- Нельзя гасить загоревшиеся электроприборы водой. В случае возгорания электроприборов немедленно сообщите педагогу и покиньте помещение.

Правила для детей и подростков по дорожно-транспортной безопасности

Правила безопасности для обучающихся по пути движения во Дворец и обратно

- Когда идете по улицам, будьте осторожны, не торопитесь. Идите только по тротуару или обочине подальше от края дороги. Не выходите на проезжую часть улицы или дороги.
- Переходите дорогу только в установленных местах, на регулируемых перекрестках на зеленый свет светофора. На нерегулируемых светофором установленных и обозначенных разметкой местах соблюдайте максимальную осторожность и внимательность. Даже при переходе на зеленый свет светофора, следите за дорогой и будьте бдительны - может ехать нарушитель ПДД.

- Не выбегайте на проезжую часть из-за стоящего транспорта. Неожиданное появление человека перед быстро движущимся автомобилем не позволяет водителю избежать наезда на пешехода или может привести к иной аварии с тяжкими последствиями.
- Переходите улицу только по пешеходным переходам. При переходе дороги сначала посмотрите налево, а после перехода половины ширины дороги на право.
- Когда переходите улицу, следите за сигналом светофора: красный СТОП - все должны остановиться; желтый - ВНИМАНИЕ - ждите следующего сигнала; зеленый - ИДИТЕ - можно переходить улицу.
- Если не успели закончить переход и загорелся красный свет светофора, остановитесь на островке безопасности.
- Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом - помните, что автомобиль мгновенно остановить невозможно, и вы рискуете попасть под колеса.

Действия при обнаружении предмета, похожего на взрывное устройство:

1. Признаки, которые могут указать на наличие взрывного устройства:
 - наличие на обнаруженном предмете проводов, веревок, изолянт;
 - подозрительные звуки, щелчки, тиканье часов, издаваемые предметом;
 - от предмета исходит характерный запах миндаля или другой необычный запах.
2. Причины, служащие поводом для опасения:
 - нахождение подозрительных лиц до обнаружения этого предмета.
3. Действия:
 - не трогать, не поднимать, не передвигать обнаруженный предмет!
 - не пытаться самостоятельно разминировать взрывные устройства или переносить их в другое место!
 - воздержаться от использования средств радиосвязи, в том числе мобильных телефонов вблизи данного предмета;
 - немедленно сообщить об обнаруженном подозрительном предмете администрации учреждения;
 - зафиксировать время и место обнаружения подозрительного предмета;
 - по возможности обеспечить охрану подозрительного предмета, обеспечив безопасность, находясь по возможности, за предметами, обеспечивающими защиту (угол здания или коридора).
4. Действия администрации при получении сообщения об обнаруженном предмете похожего на взрывное устройство:
 - убедиться, что данный обнаруженный предмет по признакам указывает на взрывное устройство;
 - по возможности обеспечить охрану подозрительного предмета, обеспечив безопасность, находясь по возможности, за предметами, обеспечивающими защиту (угол здания или коридора);
 - немедленно сообщить об обнаружении подозрительного предмета в правоохранительные органы;
 - необходимо организовать эвакуацию постоянного состава и учащихся из здания и территории учреждения, минуя опасную зону, в безопасное место.

Далее действовать по указанию представителей правоохранительных органов.

*Инструктаж по технике безопасности
(непосредственно перед занятием по дисциплинам)*

1. Соблюдать чистоту в зале и на территории вокруг него.
2. Беречь здание, в котором расположен зал, оборудование и имущество.
3. Внимательно относиться к своему здоровью и здоровью окружающих.
4. Без разрешения тренера не покидать зал.
5. Без разрешения тренера не брать инвентарь.

Инструктаж при проведении и участии в массовых мероприятиях.

1. Общие требования безопасности:
 - 1.1. К участию в массовых мероприятиях допускаются воспитанники, прошедшие инструктаж по охране труда.
 - 1.2. Участники массового мероприятия обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.
 - 1.3. О каждом несчастном случае с участниками массового мероприятия немедленно сообщить руководителю.
2. Требования безопасности перед проведением массового мероприятия
 - 2.1. Проверить помещение, где будут проводиться массовые мероприятия, и провести влажную уборку.
3. Требования безопасности во время проведения массового мероприятия
 - 3.1. Строго выполнять все указания руководителя при проведении массового мероприятия, самостоятельно не предпринимать никаких действий.
4. Требования безопасности в аварийных ситуациях
 - 4.1. При возникновении пожара немедленно начать эвакуацию из здания.
 - 4.2. При получении участником массового мероприятия травмы немедленно сообщить об этом руководителю.
5. Требования безопасности по окончании массового мероприятия
 - 5.1. Убрать в отведенное место инвентарь и оборудование.
 - 5.2. Тщательно проверить помещение и провести влажную уборку.
 - 5.3. Проверить противопожарное состояние помещений, закрыть окна, форточки, фрамуги и выключить свет.

Рабочая программа воспитания

Коллектив спортсменов, изучающих основы спортивной деятельности в рамках дисциплины «Прикладная подготовка с элементами бокса» организует воспитательную работу в коллективе обучающихся на основе программы воспитательной работы учреждения, принятой на заседании методического совета ГАУ ДО ТО «Дворец творчества и спорта «Пионер» протоколом № 8 от 21.05.2024 г. и утвержденной директором.

Программа воспитания за счет предусмотренных в ней направлений и форм работы дополняет общеразвивающие программы и учитывается при их разработке как в содержании программного материала, так и при планировании мероприятий за рамками учебного плана, позволяет комплексно подойти к решению образовательных (в том числе воспитательных) задач, поставленных перед учреждением дополнительного образования в современных условиях интенсивной модернизации системы образования.

Цель: Создание условий для развития творческих способностей детей и молодежи, оказание поддержки и сопровождение одаренных детей и талантливой молодежи, способствующие их профессиональному и личностному становлению.

Задачи:

- Совершенствование и реализация системы развития детской одаренности и творческих способностей молодежи,
- Развитие и реализация системы мер адресной поддержки и психолого-педагогического сопровождения одаренных детей и талантливой молодежи.
- Совершенствование и реализация воспитательных мер, направленных на духовно-нравственное и гражданско-патриотическое воспитание детей и молодежи.
- Формирование у детей и молодежи стойкого неприятия идеологий экстремизма, терроризма, неонацизма, а также содействие воспитанию в подрастающем поколении межнационального, межэтнического (межконфессионального) согласия и его дальнейшего укрепления, уважения к закону и правопорядку.
- Развитие Движения Первых как института социального воспитания инициативы, самостоятельности и ответственности подрастающего поколения.
- Совершенствование и реализация системы формирования у обучающихся объективных представлений о себе, как субъекте собственной деятельности; развитие навыков проектирования и реализации индивидуальных способностей.
- Формирование у молодежи адекватных представлений об избранной профессиональной деятельности и собственной готовности к ней.

- Совершенствование и реализация системы мер, формирующих у детей и молодежи мотивацию к здоровому и безопасному образу жизни, устойчивый психологический иммунитет к употреблению различных видов наркотических средств и психотропных веществ и другим проявлениям асоциального поведения.
- Повышение уровня информированности детей, молодёжи и родителей по проблемам, связанным с различными асоциальными явлениями в обществе.
- Формирование у обучающихся мотивации к здоровому образу жизни, ответственного, бережного отношения к своему здоровью.
- Развитие у обучающихся лидерских качеств и умений самостоятельно работать со сверстниками по продвижению ЗОЖ.
- Развитие информационной грамотности у детско-родительской аудитории; воспитание информационной культуры личности обучающихся; обучение информационной безопасности подрастающего поколения; профилактика формирования у учащихся интернет-зависимости и игровой зависимости (игромании, гэмблинга); предупреждение совершения учащимися правонарушений с использованием информационно-телекоммуникационных технологий.

Приоритетные направления деятельности:

Программа воспитания включает в себя шесть сквозных подпрограмм:

- 1) Программа формирования и развития творческих способностей учащихся, выявления и поддержки талантливых детей и молодежи.
- 2) Программа духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания, возрождения семейных ценностей, формирования общей культуры обучающихся, профилактики экстремизма и радикализма в молодежной среде.
- 3) Программа социализации, самоопределения и профессиональной ориентации.
- 4) Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни и комплексной профилактической работы (профилактики употребления ПАВ, безнадзорности, правонарушений несовершеннолетних и детского дорожно-транспортного травматизма).
- 5) Программа восстановления социального статуса ребёнка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и

включение его в систему общественных отношений.

6) Программа формирования и развития информационной культуры и информационной грамотности.

Сквозные подпрограммы воспитания содержат механизмы достижения поставленных целей и задач средствами всех общеразвивающих образовательных программ, реализуемых в учреждении; и в тоже время, дополняют, усиливают их другими направлениями работы, позволяющими комплексно охватить весь спектр воспитательных функций образовательного учреждения.

Формы и методы воспитательной работы:

- Словесные (диспуты, дебаты, лекции);
- Наглядные (выставки, музеи, экскурсии);
- Практические (шефская активность, наставническая деятельность, участие в фестивалях и конкурсах).

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Основные направления	Виды деятельности	Дата	Место проведения	Ответственный
1.	Формирование и развитие творческих способностей обучающихся, выявление и поддержка талантливых детей и молодежи	Участие во всероссийских, областных, городских соревнованиях, фестивалях, выставках, связанных с боксом. Участие в ежегодном слете туристов и путешественников «Одиссея». Участие в ежегодном туристическом мероприятии «Тюменская тропа».	По графику проведения Сентябрь 2024 Сентябрь 2024	г. Тюмень	Турнаев Д.А., Турнаев Д.А.,

		<p>Участие в «Областном профилактическом марафоне «Тюменская область – территория здорового образа жизни!»</p> <p>Участие в мероприятиях, проводимых в учреждении:</p> <ul style="list-style-type: none"> - День открытых дверей, - Концерт к 23 февраля - Концерт к дню Победы - День защиты детей. <p>-Тематическая беседа с элементами диалога (общение психолога с родителями) Роль семьи в развитии способностей ребёнка. Воспитание чувства патриотизма.</p>	<p>По графику проведения</p> <p>По графику проведения</p>		Турнаев Д.А.,
2.	<p>Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, профилактики употребления ПАВ, безнадзорности, правонарушений несовершеннолетних, детского дорожно-транспортного травматизма</p>	<p>Проведение первичного инструктажа и бесед по технике безопасности и общим требованиям в учреждении.</p> <p>Проведение повторного инструктажа и бесед по технике безопасности и общим требованиям в учреждении.</p> <p>Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «О здоровом образе жизни». -«Правила личной безопасности», -«Табак. Секреты манипуляции». <p>Беседа по профилактике курения с использованием видеоролика «Курение – опасное увлечение».</p> <p>Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Полет и падение. Понятие о веществах, способных влиять на психику». 	<p>Сентябрь</p> <p>Январь</p> <p>1 раз в квартал</p> <p>1 раз в квартал</p>	<p>ДТиС «Пионер»</p> <p>ДТиС «Пионер»</p>	<p>Турнаев Д.А.,</p> <p>Турнаев Д.А.,</p> <p>Турнаев Д.А.,</p> <p>Турнаев Д.А.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - «Горькие плоды «сладкой жизни»» или о тяжелых социальных последствиях употребления наркотиков, ПАВ». - «Зимние угрозы» – правила обращения с петардами, бенгальскими огнями и т.д. - «Правила поведения с подозрительными предметами» - «Правила поведения на занятиях» <p>Организация активного отдыха в каникулы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Занятия на базе школы бокса «Двочка», - Занятия на базе ГАУ ДО ЦСП «Воронинские горки» <p>Проведение инструктажей и тематических бесед с обучающимися:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Безопасный маршрут в учреждение». -«Автомобиль, дорога, пешеход» - «Безопасное поведение детей в пассажирском транспорте». - «Безопасное поведение в период каникул: у ПДД каникул не бывает». - «Безопасное поведение детей на велосипеде и самокате». - «Безопасность юных пешеходов на дорогах города». - «Детский дорожно-транспортный травматизм». - «Особенности движения транспорта и пешеходов в осенне-зимний период». - «Использование световозвращающих элементов в целях обеспечения дорожной безопасности детей». «Правила поведения вблизи ЖД путей» 	<p>1 раз в квартал</p> <p>По графику проведения</p> <p>1 раз в квартал</p> <p>Апрель, май</p> <p>Ноябрь, декабрь</p>	<p>г.Тюмень</p> <p>ДТиС «Пионер»</p>	<p>Турнаев Д.А.,</p> <p>Турнаев Д.А.,</p> <p>Турнаев Д.А.,</p>
--	---	--	--	--

3.	Духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, возрождение семейных ценностей, формирование общей культуры обучающихся, профилактика экстремизма и радикализма в молодежной среде	<p>Участие во всероссийских акциях и конкурсных мероприятиях:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Мы – граждане России» - «Георгиевская ленточка», - «Письмо Победы», - «Бессмертный полк», - Уроки памяти; - Диктант Победы - конкурс рисунков, посвященных Дню Победы. <p>Беседы с воспитанниками на темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Порядок действий при возникновении чрезвычайных ситуаций». - «Требования безопасности при обнаружении подозрительного предмета». - «Действие при обнаружении подозрительного предмета» - Тематическая беседа с элементами диалога «Психолого-педагогические условия патриотического воспитания в семье». - «Экстремистские организации как один из видов неформальных молодежных объединений. Профилактика экстремизма в молодежной среде». - «Значение здорового образа жизни и роль, которую он оказывает на жизнь подростка». <p>Беседы с родителями на темы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Правила и нормы поведения», - «Признаки асоциального мировоззрения подростка», - «Способы вербовки молодежи и противодействие им». 	1 раз в квартал	ДТиС «Пионер»	Турнаев Д.А. Педагог и психолог
----	---	--	-----------------	------------------	--

4.	Формирование и развитие информационной культуры и информационной грамотности.	<p>Участие в ежегодной онлайн-акции «Бессмертный полк».</p> <p>Беседы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - «Правила безопасности в сети интернет». - «Негативное влияние информации на психическое состояние ребенка». - «Хорошо или плохо влияет информация из интернета на эмоциональное состояние ребенка?». - «Дети и современное интернет-пространство». - «Неразрывность информации и культуры, неотъемлемость информационной культуры от общей культуры человека». - «Обеспечение мировоззренческих установок и ценностных ориентаций личности по отношению к информации как к элементу культуры». - «Препятствие дегуманизации и замене духовных ценностей достижениями, вызванными к жизни беспрецедентным ростом и развитием информационно-коммуникационных технологий». <p>Создание памятки «Безопасность ребенка в сети интернет».</p> <p>Просветительские мероприятия для родителей по вопросам обеспечения информационной безопасности детей и подростков.</p>	<p>Май</p> <p>1 раз в квартал</p> <p>В течение учебного года</p> <p>Октябрь</p>	<p>ДТиС «Пионер»</p>	<p>Турнаев Д.А.,</p>
----	--	--	---	--------------------------	----------------------

5.	Социализация, самоопределение и профессиональная ориентация.	Индивидуальная работа с семьями и обучающимися, требующими дополнительного педагогического внимания. Посещение концертов, проводимых в ДТиС «Пионер». Посещение творческих конкурсов и фестивалей. Беседы, проводимые с родителями и воспитанниками: - Тематическая беседа с элементами диалога (общение психолога с родителями) "Профессиональное самоопределение как средство социализации и адаптации учащихся в современных условиях". - «Профориентация сегодня: как помочь ребенку выбрать профессию».	По графику проведения 1 раз в квартал	ДТиС «Пионер»	Турнаев Д.А. Педагог и психолог
6.	Социально-психологическое сопровождение образовательного процесса	Индивидуальные беседы с родителями. Беседа с родителями «Методы стимуляции деятельности ребенка» Совместный тренинг – общение «Дети – Родители» Консультации психолога.	По необходимости Сентябрь, май Январь 2022 По необходимости	ДТиС «Пионер»	Турнаев Д.А., Педагог и психолог
7.	Работа с родителями	Представление информации об объединениях на Дне открытых дверей. Встреча с родителями воспитанников. Организационное родительское собрание	Август Сентябрь Сентябрь	ДТиС «Пионер»	Турнаев Д.А.,

	<p>Индивидуальные и коллективные беседы с родителями до и после занятий.</p> <p>Беседа с родителями «Безопасность ребенка в сети интернет».</p> <p>Родительские собрания: - «Дети и современное интернет-пространство» (по материалам, предоставленным аппаратом Уполномоченного при Президенте РФ по правам ребенка). - «Признаки употребления психотропных веществ подростком» - «Формирование положительной самооценки ребенка – важная составляющая семейного воспитания».</p> <p>Проведение открытых и отчетных занятий для родителей.</p>	<p>В течение учебного года</p> <p>В течение учебного года</p> <p>Декабрь, май</p>	<p>ДТиС «Пионер»</p> <p>ДТиС «Пионер»</p>	
--	--	---	---	--

8.	Методическая работа. Личный творческий план педагога.	<p>Работа по совершенствованию методического обеспечения учебного процесса:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Совершенствование образовательной программы. - Разработка материалов для обеспечения образовательного процесса: планы, конспекты, сценарии и др. <p>Изготовление или приобретение наглядных и дидактических пособий.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Подбор литературы. - Систематизация фонотеки, видеотеки. - Апробация разработанных материалов на практике. - Разработка материалов для организации контроля и определения результативности обучения: тесты, анкеты, вопросники, контрольные упражнения и т.д.; - Подготовка творческих отчетов по реализации образовательной программы. - Разработка плана воспитательной работы. - Содержательное и эстетическое оформление кабинета; <p>Обучение на курсах повышения квалификации: Поездка на мастер-класс.</p> <p>Самообразование: посещение семинаров; посещение открытых занятий, с целью выявления интересного, перспективного опыта работы.</p>	<p>Методическая работа ведется каждую неделю по всем направлениям По графику проведения мастер классов и семинаров</p>	<p>ДТиС «Пионер» По графику проведения мастер классов и семинаров</p>	<p>Турнаев Д.А.,</p>
----	--	--	--	---	----------------------

Иные методические материалы

4.1.1. Памятка по самообороне

- При нападении в лифте останавливайтесь на всех этажах. Представьте себе, что вам приходится возвращаться домой поздно, и вы оказываетесь с незнакомым человеком в лифте. Нажимайте все кнопки лифта, чтобы уменьшить риск нападения, так как человеку сложнее будет это сделать, когда дверь постоянно открывается. Однако используйте этот метод осторожно и по возможности, выходите как можно скорее из лифта.
- Если кто-то пытается ограбить и напасть на вас в доме, направляйтесь на кухню. Естественно в первую очередь стоит позвонить в экстренную службу спасения. Только вы знаете, где лежат ножи, бьющиеся тарелки и специи которые могут стать потенциальным оружием. Если ничего не помогает, начинайте кричать и бросать кухонные принадлежности, чтобы создать шум и оповестить соседей.
- Если кто-то пытается напасть на вас на улице, не стойте на месте. Даже если вы недостаточно подготовленный спортсмен или у вас нет навыков самозащиты, у вас есть способность дать отпор. Неопытные люди склонны бездействовать, так что помните о том, чтобы использовать все части тела, включая колени, локти и ноги.
- Скачайте несколько приложений по безопасности. Приложения по безопасности могут пригодиться в непредвиденных случаях. Такие приложения помогут вам создать собственную безопасную сеть с друзьями и родными, сообщат, где вы находитесь, информацию о передвижении близких, или отправят сигнал помощи друзьям.
- Запомните основные болевые точки. Глаза, уши, нос, горло (кадык), пах и колени. Старайтесь сохранять спокойствие и обращайтесь внимание на позицию нападающего, чтобы определить оптимальные места для отпора. У вас есть всего несколько секунд и несколько движений, пока нападающий не взял контроль в свои руки. Не подходите близко, чтобы ударить рукой по носу, если вы можете дотянуться и ударить ногой по колену.
- Кричите громко. Нападающий меньше всего хочет привлечь ненужное внимание. Более того, крик даст вам прилив энергии для эффективной самообороны.
- Используйте в экстренных ситуациях удар в солнечное сплетение. Если есть возможность ударяйте в солнечное сплетение – наиболее уязвимое место, что вызовет боль и невозможность вздохнуть у противника.

4.1.2. Памятка по оказанию первой доврачебной помощи

ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ ДОВРАЧЕБНАЯ

ОСТАНОВКА КРОВОТЕЧЕНИЯ ИЗ АРТЕРИЙ

Правило 5 D's: 1. Давление 2. Дистальность 3. Давление 4. Дистальность 5. Давление

Категории артерий: Каротидная артерия, Бедренная, Плечевая, Лучевая, Локтевая, Подтаранная, Таранно-пяточная.

Наложение давящей повязки на артерию предплечья:

Наложение давящей повязки на артерию предплюсны:

МОЖНО ТАКЖЕ ОКИСИРОВАТЬ КОНЕЧНОСТЬ ДЛЯ СДВИГАНИЯ СОСУДОВ

Зачемя рукава (брасмы) к сгибам локтей, запястьям, а в руку, образовавшуюся при сгибании сустава, расположено выше места ранения. Сгибая, до предела согнуть конечность над локтем выпячено. В таком положении согнутую руку (ногу) привязать к туловищу пострадавшего.

ПРИ СИЛОВОМ КРОВОТЕЧЕНИИ НАЛОЖИТЕ ЖУТ

1. Наложить жгут на конечность выше места ранения.
2. Затянуть жгут до прекращения кровотечения.
3. Проверить пульс ниже жгута.
4. Сделать пометку времени наложения жгута.

Жгут накладывается выше места ранения сосуда на вершину сгиба конечности (на сгиб локтя, плеча, колена) или на любой участок бедра. Обеспечить контроль пульса на периферии конечности.

Давление от жгута должно быть достаточным для остановки кровотечения, но не вызывать полного обескровливания конечности. Сочетание жгута с давящей повязкой.

Время наложения жгута не должно превышать 1 часа. Через каждые полчаса-час жгут нужно ослаблять на несколько минут (на 1-2 минуты) для предотвращения некроза тканей. Борозды от жгута и жгут снимают аккуратно. Замок жгута выкалывают. Чуть выше ранения отрезают.

Пострадавшего госпитализируют в больницу с указанием даты, времени наложения, фамилии специалиста.

ЗАКРУТКА С ПОМОЩЬЮ ПАЛОЧКИ

Если ране глубокая, необходимо наложить жгут. Если ране неглубокая, можно использовать жгут из подручных средств (палочка, ремешок).

ОТКРЫТЫЕ РАНЫ

Если ране глубокая, необходимо наложить жгут. Если ране неглубокая, можно использовать жгут из подручных средств (палочка, ремешок).

ПРОНИКАЮЩЕЕ РАНЕНОЕ БРЮШНОЕ ПОЛОСТИ

Нельзя вводить в рану никакие предметы, давать пить и есть. Наложить стерильную салфетку поверх раны и зафиксировать ее.

ПРОНИКАЮЩЕЕ РАНЕНОЕ ГРУДИ

Нельзя вводить в рану никакие предметы, давать пить и есть. Наложить стерильную салфетку поверх раны и зафиксировать ее.

ТЕРМИЧЕСКИЙ ОЖОГ

СИМПТОМЫ: Покраснение, боль, отек, образование волдырей.

СТЕПЕНЬ: I - покраснение кожи, II - образование волдырей, III - образование пузырей.

ЗАГРУБИТЕСЬ: 1. Промывать чистой водой. 2. Смазывать мазью.

ПРИ ОЖОГЕ: Быстро вынуть пострадавшего из зоны пожара. Наложить стерильную повязку. Если ожог глубокий, наложить жгут выше места ожога.

ОТРАВЛЕНИЕ ПРОДУКТАМИ ГОРЕНИЯ

СИМПТОМЫ: Головокружение, тошнота, рвота, слабость.

ПРИ ОЖОГЕ: Быстро вынуть пострадавшего из зоны пожара. Наложить стерильную повязку. Если ожог глубокий, наложить жгут выше места ожога.

ОТРАВЛЕНИЕ ПРОДУКТАМИ ГОРЕНИЯ, а также природным газом, ацетиленом, парами бензина, угарным газом

СИМПТОМЫ: Головокружение, тошнота, рвота, слабость.

ПРИ ОЖОГЕ: Быстро вынуть пострадавшего из зоны пожара. Наложить стерильную повязку. Если ожог глубокий, наложить жгут выше места ожога.

ВНИМАНИЕ! ПРИ ОТРАВЛЕНИИ ГАЗАМИ ИСКУССТВЕННУЮ ВЕНТИЛЯЦИЮ ЛЕТИКИ МОЖНО ПРОВОДИТЬ ТОЛЬКО ВНЕ ЗАРАЖЕННОЙ ЗОНЫ.

ПРИ ОТРАВЛЕНИИ АММИАКОМ

Дать пострадавшему вдыхать теплые водяные пары (лучше с добавлением уксуса или лимонной кислоты). Тщательно промыть глаза водой.

ОБМОРОЖЕНИЕ

СИМПТОМЫ: Покраснение, боль, отек, образование волдырей.

СТЕПЕНЬ: I - покраснение кожи, II - образование волдырей, III - образование пузырей.

ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ: Растереть обмороженное место чистым ватным тампоном. Наложить стерильную повязку. Если обморожение глубокое, наложить жгут выше места обморожения.

ОБМОРОК

СИМПТОМЫ: Потемнение в глазах, потеря сознания.

ПРИ ОБМОРОКЕ: Положить пострадавшего на спину. Проверить пульс. Если пульс отсутствует, начать реанимационные мероприятия.

ТЕПЛОВОЙ (СОЛНЧНЫЙ) ОБМОРОК

СИМПТОМЫ: Головокружение, тошнота, рвота, слабость.

ПРИ ОБМОРОКЕ: Положить пострадавшего на спину. Проверить пульс. Если пульс отсутствует, начать реанимационные мероприятия.

ПОПАДАНИЕ ИНОРОДНОГО ТЕЛА В ГЛАЗ

СИМПТОМЫ: Боль, слезотечение, покраснение.

ПРИ ПОПАДАНИИ: Уложить пострадавшего, осторожно пальцами приподнять веки и повернуть его голову набок. Осмотреть глаз. Если инородное тело видно, удалить его. Если нет, промыть глаза водой.

4.1.3. Памятка мотивационная для начинающего боксера.

Если ты выбрал целью своей жизни бокс, знай - ты выбрал трудную дорогу. Такая дорога требует от человека самого сурового отречения от всех «прелестей» современного досуга, она требует неуклонного движения вперед. Что такое движение вперед? Это бесконечный и беспощадный тренинг сам по себе, мысли по которому поглощают все твое свободное время, ненасытный к твоей энергии к желанию стать хорошим боксером, обещающий только в будущем, а в настоящем требует - работай, работай, работай. Настройся на это.

Прежде всего, не забывай, что фундамент твоего роста - твоя физическая подготовленность. Ты знаешь свои недостатки, проблемы - работай над ними. Это самая «черная и грязная» работа, но она же и самая благородная - она проявляется в тяжелые минуты, а их в боксе больше, чем легких, красивых.

Твоя левая. Она считается слабой. Но это не так! Ее функция - постоянная, рассредоточивающая, жалающая помеха работе противника. И если твоя левая такая, то это уже неплохо.

А правая. Что она чувствует, когда противник уходит «нетронутым» из явно ударного пространства? Не упускай такие моменты! Учись бить вовремя и точно! Этому учиться можно и нужно!

Хорошая работа ног свойственна редким боксерам. Далеко не каждый может заставить работать ноги на себя, а не на зрителя, противника или вообще на кого. Подвижность боксера на ринге позволяет ему всегда быть в выгодном положении для атаки, защиты.

Хороший боксер предвидит конец каждого своего движения. Это значит - лишних движений, ударов ли, защит – он не делает. Удары, защита, передвижение- это оружие. Им нужно уметь пользоваться.

Голова боксера свободна от лишнего (лишнее - как выполнять удары, как защищаться, как двигаться - все это должно выполняться автоматически). Голова должна решать вопрос - когда? Когда применить тот или иной прием?

И если этот вопрос разрешается достаточно хорошим боксером, его называют тактически подготовленным.

На ринге боксеру важен исход боя – победа, и все свое мастерство он заставляет служить этому. Мастерство же куется на тренировке! Не бойся перетрудиться, переработать. Вперед!

Ты выбрал трудную дорогу, но эта дорога настоящего спортсмена!

Формы аттестации

С целью диагностики успешности освоения обучающимися образовательной программы, выявления их образовательного потенциала, определения педагогических приемов и методов для индивидуального подхода к каждому обучающемуся, корректировки календарно-тематического планирования осуществляется *текущий контроль* успеваемости по программе.

Текущий контроль успеваемости носит безотметочный характер и предполагает качественную характеристику (оценку) сформированности у обучающихся соответствующих компетенций и устные рекомендации обучающемуся и/или его родителям по повышению успешности освоения программы. Текущий контроль проводится в форме выполнения контрольных нормативов.

С целью определения уровня достижения планируемых предметных и личностных результатов в процессе освоения образовательной программы, проводится *промежуточная аттестация*. Формы промежуточной аттестации определены учебным планом.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится комплексно два раза в течение учебного года: в декабре по итогам полугодия и в мае по итогам года.

Оценочные материалы

В ходе промежуточной аттестации устанавливаются следующие *уровни достижения планируемых результатов*: высокий, средний, низкий (неудовлетворительный) в соответствии со следующими показателями / нормативами.

Протокол ПРОМЕЖУТОЧНОЙ аттестации обучающихся по дополнительной общеразвивающей программе

(Наименование программы)

Группа № _____ Год обучения _____ Даты проведения _____

№	Фамилия, имя	Уровень достижения предметных результатов			Уровень достижения личностных результатов			Рекомендации о переводе на следующий период обучения
		высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий	
1								
2								
	Итого (кол-во / %)							

Педагог _____ / _____

**Протокол ИТОГОВОЙ аттестации обучающихся
по дополнительной общеразвивающей программе**

(Наименование программы)

Группа № _____ Год обучения _____ Даты проведения _____

№	Фамилия, имя	Уровень достижения предметных результатов			Уровень достижения личностных результатов			Решение комиссии
		высок	средн	низки	высок	сред	низки	
1								
2								
	Итого (кол-во / %)							

Педагог _____ / _____

Член аттестационной комиссии _____ / _____

*Показатели уровня достижения предметных результатов
по дисциплине «Прикладная подготовка с элементами бокса»*

	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Базовый уровень			

**Оценочные материалы для программ по физкультурно-спортивной
направленности**

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности обучающихся в группах являются выполнение требований контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке.

1. Предварительный контроль проводится в начале учебного года или при поступлении, для оценки уровня общей физической подготовленности обучающихся (таблица № 1 и №2 «Контрольные нормативы по общей и специальной физической подготовке»).

2. Промежуточный контроль проводится 2 раза в год (май и декабрь) для оценки уровня приобретенных навыков, освоения умений и тактик индивидуального действия, с использованием комплекса контрольных упражнений (заданий) по физической подготовленности учащихся (таблица № 3 - «Тесты по специальной физической подготовке»).

3. Итоговая аттестация проводится в конце учебного года с целью проверки степени осведомленности (знаний) обучающихся в предметной области, в вопросах физической культуры и спорта, в том числе вопросах, связанных с подготовкой (физической и спортивной) при помощи выполнения требований контрольных

нормативов по общей физической подготовке и выполнения контрольных нормативов по овладению специальной подготовкой по освоенной дисциплине.

таблица №1 «Контрольные нормативы по общей физической подготовке»

Уровни	Выполнено	Баллы
По трем критериям (тестовым упражнениям: приседания, отжимания, подъем туловища) количество раз за минуту		
Низкий	10; 9; 15	3-4
Н/среднего	20; 12; 25	5-7
Средний	30; 15; 35	8-10
В/среднего	40; 17; 45	11-13
Высокий	50; 20; 50	14-15

таблица №2 «Контрольные нормативы по специальной физической подготовке»

Уровни	Выполнено	Баллы
По трем критериям (тестовым упражнениям: подтягивания из виса (кол-во раз), челночный бег 3x10 (с), наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см).		
Низкий	2; 9,2; 3	3-4
Н/среднего	4; 9; 4	5-7
Средний	6; 8; 5	8-10
В/среднего	8; 8; 7	11-13
Высокий	10; 7,7; 9	14-15

таблица №3 «Тесты по специальной физической подготовке»

Уровни	Выполнено	Баллы
По четырем критериям (тестовым упражнениям: бег на дистанцию 30м, 60м, 1,5км, 3км) в секундах		
Низкий	5,8; 11,1; 510; 1135	3-4
Н/среднего	5,6; 10,6; 495; 1080	5-7
Средний	5,4; 10,2; 475; 1025	8-10
В/среднего	5,2; 9,8; 438; 985	11-13
Высокий	5; 9,4; 400; 945	14-15

В приведенных ниже оценочных таблицах каждое значение уровня подготовленности переводятся в «балльную» систему оценок после выполнения отдельного тестового упражнения:

- Низкий - 1 балл
- Н/среднего - 2 балла
- Средний - 3 балла
- В/среднего - 4 балла
- Высокий - 5 баллов

Для получения обобщенной оценки баллы, полученные в результате выполнения обучающимися тестовых упражнений, суммируются. Норме физического развития в комплексной оценке соответствует «средний уровень» набранный в пяти, четырех либо трех тестовых упражнениях (в отдельных случаях оценивается динамика показанных результатов в параметрах одного уровня), что также является успешным результатом.

Нормативные требования по физической подготовке для перевода учащихся на очередные этапы подготовки

Уровни	Баллы
По трем критериям (тестовым упражнениям)	
Низкий	3-4
Н/среднего	5-7
Средний	8-10
В/среднего	11-13
Высокий	14-15
По четырем критериям (тестовым упражнениям)	
Низкий	4-6
Н/среднего	7-9
Средний	10-14
В/среднего	15-17
Высокий	18-20
По пяти критериям (тестовым упражнениям)	
Низкий	5-8
Н/среднего	9-12
Средний	13-18
В/среднего	19-22
Высокий	22-25
По шести критериям (тестовым упражнениям)	
Низкий	6-9
Н/среднего	10-14
Средний	15-22
В/среднего	23-27
Высокий	28-30

В программе используется карта входного контроля и протокол выполнения нормативных упражнений, как формы фиксации результатов для определения уровня предметных результатов (высокий, средний, низкий).

Карта входного контроля

Объединение «Прикладная подготовка с элементами бокса»					
ФИО педагога:					
Форма контроля: сдача нормативов по ОФП					
Критерий и система оценки: - способность выполнять задания с невысокой скоростью соответствуют низкому уровню подготовки; - выполнение заданий с срединным значением по времени соответствуют среднему уровню подготовки; - быстрое выполнение упражнений с высоким результатом по времени говорит о высоком уровне подготовки.					
Дата заполнения:					
№ п/п	ФИО ребенка	Параметры оценки			Уровень подготовки
1	...	Приседания	Отжимания	Подъем туловища	
2	...				
...					
10					

Анализ уровня подготовки сформированной группы:

Входящая диагностика показала, что большинство воспитанников (8 из 10) имеют высокий уровень подготовки, затруднения при выполнении нормативных заданий не вызваны.

Считаю целесообразным продолжить обучение по имеющейся программе, не внося дополнительных корректировок.

Воспитанникам, не показавшим высокий уровень подготовки, уделить внимание физической подготовке во внеучебное время.

Протокол выполнения нормативных упражнений на 2024-2025 учебный год

Объединение: Прикладная подготовка с элементами бокса
 ФИО тренера-преподавателя:

№	ФИО обучающегося	Входящий контроль						Промежуточный контроль						Итоговый контроль					
		Теоретическая подготовка			Практическая подготовка			Теоретическая подготовка			Практическая подготовка			Теоретическая подготовка			Практическая подготовка		
		В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н	В	С	Н
1																			
2																			
...																			
10																			
Итого человек:																			
%																			

Критерии оценки уровня теоретической подготовки:

Высокий уровень (В) – обучающийся освоил на 80-100% объем знаний, предусмотренных образовательной программой за конкретный период; специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием;

Средний уровень (С) – объем усвоенных знаний составляет 50-79%; сочетает специальную терминологию с бытовой;

Низкий уровень (Н) – учащийся овладел менее чем 20-49% объема знаний, предусмотренных образовательной программой; как правило, избегает употребления специальных терминов.

Критерии оценки уровня практической подготовки:

Высокий уровень (В) – обучающийся освоил на 80-100% умениями и навыками, предусмотренных образовательной программой за конкретный период; работает самостоятельно, не испытывает особых трудностей; выполняет все практические задания;

Средний уровень (С) – объем усвоенных умений и навыков составляет 50-79%; работает с помощью педагога; в основном, выполняет задания на основе образца;

Низкий уровень (Н) – учащийся овладел менее чем 20-49% предусмотренных навыков и умений, испытывает серьезные затруднения при работе, в состоянии выполнить лишь простейшие практические задания педагога.

Показатели уровня достижения личностных результатов

Уровни освоения	критерии			
	Развитие творческих способностей	Воспитание гражданственности, патриотизм, нравственных чувств и убеждений, формирование общей культуры обучающихся	Воспитание социальной ответственности и компетентности, развитие самосознания и самоопределения, готовность к профессиональному выбору	Воспитание культуры здорового образа жизни
Возрастные проявления качеств /средний школьный возраст/				
<p>Высокий. Качество проявляется всегда</p> <p>Средний. Качество проявляется почти всегда, иногда требуется помощь</p> <p>Низкий. Качество</p>	<p>Участие в творческих объединениях, конкурсах, олимпиадах. Желание посещать музеи, концертные залы, выставки. Умение решать поставленную проблему - задачу различными способами, проявление изобретательности в нестандартных ситуациях. Стремление все делать с творческим подходом. Опыт самореализации в различных</p>	<p>Общие знания национальных традиций, исторического прошлого других народов. Проявление интереса и знаний к литературе, истории, культуре своей Родины. Активное участие в мероприятиях, связанных с историей своей страны. Проявление интереса к событиям, происходящим</p>	<p>Умение жить по законам ученического коллектива стремление соответствовать социальным нормам. Объективно оценивать свои возможности, результаты и достижения. Деятельность направлена на конкретный практический результат. Самоопределение в области своих познавательных интересов. Сформированность первоначальных</p>	<p>Сознательное участие в целенаправленной деятельности по оздоровлению своего организма, Наличие и самостоятельное соблюдение режима дня. Интерес к активному образу жизни, посещение спортивных секций. Способность самостоятельно следить за своим внешним</p>

проявляется редко.	видах творческой деятельности, умение выражать себя в доступных видах творчества.	на территории страны и мира, наличие знаний о значимых людях своей страны.	профессиональных намерений и интересов. Терпеливое отношение к выполнению заданий, наличие самостоятельности. Умение планировать трудовую деятельность, рационально используя время. Соблюдать порядок на рабочем месте. Осуществлять коллективную работу в разработке и реализации учебных и учебно-трудовых проектов.	видом. Отсутствие вредных привычек, представляющих угрозу здоровью. Опыт участия в общественно значимых делах по охране природы и заботе о личном здоровье и здоровье окружающих людей.
Возрастные проявления качеств / старший школьный возраст/				
Высокий. Качество проявляется всегда Средний. Качество проявляется почти всегда, иногда требуется помощь Низкий.	Постоянное желание к получению новых знаний, сформировано умение учиться. Стремление к развитию личностных качеств..Способность видеть и ценить прекрасное в природе, быту, труде, спорте, творчестве людей и общественной жизни. Постоянное стремление вносить что – либо новое в личную и общественную	Отношение к природе, культуре и традициям страны, как к одним из важнейших ценностей. Чувство гордости за большую и малую Родину. Проявление интереса не только к своей, но и к мировой культуре и истории. Желание оберегать достояние родного края.	Соответствие социальным нормам, ответственность за свои действия. Осознает желаемый результат, четко представляет алгоритм действия. Четко представляет и планирует свое будущее. Понимание важности непрерывного образования и самообразования в течение всей жизни.Умение организовать общественный	Отношение к своему здоровью как к основной категории общечеловеческих ценностей. Умеет противостоять негативному влиянию сверстников и взрослых на формирование вредных для здоровья привычек, зависимости от ПАВ. Сформировано

<p>Качество проявляется редко.</p>	<p>деятельность творческого объединения. Умение привлечь и заинтересовать собственными идеями, мыслями. Наличие творческих достижений (в учебе, труде, художественной или организаторской деятельности). Собственное отношение к произведениям искусства. Объективное оценивание своих возможностей, результатов и достижений. Умение ставить реальные цели и задачи.</p>	<p>Самостоятельная организация и проведение социально-значимых дел. Знание и соблюдение основных законов и конституционных правах гражданина РФ. Неприятие антигуманных поступков, терпимость и доброжелательность к людям. Гордость за свой коллектив, личный вклад в развитие коллектива. Осознание себя как части общества. Умение выслушивать мнения отдельных учащихся и всего коллектива. Сформированность и проявление основных человеческих ценностей.</p>	<p>труд. Наличие знаний о различных видах трудовой деятельности, профориентационные знания. Знания о разных профессиях и их требованиях к здоровью. Навыки трудового творческого сотрудничества со сверстниками, младшими детьми и взрослыми. Целеустремленность, желание достичь высоких результатов. Проявление настойчивости и упорства в достижение поставленной цели, способность к преодолению встречающихся препятствий. Проявляет лидерские качества, умеет подчиняться. Стремление к развитию личностных качеств.</p>	<p>умение соблюдать нормы ЗОЖ. Ответственность и осознанная забота о своем здоровье и здоровье близких, желание находиться в хорошей физической форме. Умение организовать процесс самообразования, творчески и критически работать с информацией из разных источников.</p>
------------------------------------	---	--	--	---

тесты, нормативы, темы для проектных работ и т.д.

На основе текущего контроля и результатов аттестации обучающихся, реализуется индивидуальный подход к каждому обучающемуся (подбор педагогических приемов и методов) с целью повышения его образовательных результатов. Совместно с обучающимся педагог выстраивает его траекторию развития, прогнозируя его результаты, мотивируя на достижения. Для обучающихся, проявляющих выдающиеся способности или отстающих по программе, может быть составлен индивидуальный учебный план и/или программа индивидуального сопровождения.

Неудовлетворительный уровень достижения предметных результатов обучающимися признаются академической задолженностью. Обучающиеся, имеющие академическую задолженность, получают свидетельство об обучении условно. В этом случае обучающемуся необходимо погасить академическую задолженность, пройдя промежуточную и итоговую аттестацию повторно по согласованию с педагогом.

Свидетельство об обучении выдается обучающимся, успешно окончившим программу.

Выдаче свидетельства предшествует итоговая аттестация – добровольное подтверждение уровня достигнутых предметных результатов (теоретической и практической подготовки).

Условия реализации программы

Перечень информационного, кадрового и материально-технического обеспечения реализации программы

Перечень оборудования, используемого для реализации программы

№	Наименование инвентаря	Количество
Индивидуальное		
1	Боксерские перчатки	10
2	Капа	10
3	Шлем	10
4	Бинты	10
Групповое		
1	Боксерские груши	5
2	Носилки	2
3	Лапы для отработки ударов	5
4	«Лесенка» для отработки ударов	2
5	Свисток	2
6	Секундомер	1
7	Скамейки гимнастические	2

Перечень методических пособий и дидактических средств

Наименование	Раздел программы
Методическое пособие «Физическое развитие»	Общая физическая подготовка
Учебно-методическое пособие «Акробатика» Министерства образования РФ.	Акробатика
Методическое пособие «Основы рукопашного боя и самообороны»	Самооборона
Учебно-методическое пособие «СФП для бокса» Приволжского государственного университета	Специальная физическая подготовка
Учебное пособие по оказанию первой помощи для преподавателей Департамента труда и занятости населения Тюменской области	Оказание первой помощи
Учебно-методическое пособие для тренеров преподавателей «Бокс в трёх стойках»	Основы бокса

Список литературы для педагога

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта бокс М., 2013г.
2. Бокс: Учебник для институтов физической культуры / Под общ.ред. И.П. Дегтярева. ФиС, 2006.
4. Современная система подготовки боксёров/ В.И.Филимонов., М., 2009
5. Бокс. Энциклопедия// Составитель Н.Н. Тараторин. - М.: Терраспорт, 1998
6. Бокс. Правила соревнований. - М.: Федерация бокса России, 2013.
7. Все о боксе / Сост. Н.А. Худадов, И.В. Циргиладзе; под ред. Л.Н. Сальникова. - М., 2005.
8. Допинг-контроль: что нужно знать каждому (Информационные материалы для спортсменов, тренеров, врачей сборных и клубных команд). - М.: Олимпия Пресс, 2013.
9. «Единая всероссийская спортивная классификация 2006-2009». Федеральное агентство по физической культуре и спорту РФ. М.; 2007.
10. «Маленькие игры для многих». А. Лёшер. Изд. «Полымя», Минск, 1983г.
11. «Микроциркуляция при мышечной деятельности». В.И. Козлов, И.О. Тупицын. Изд. «Физкультура и спорт», Москва, 1982г.
12. «От игры к спорту». Г.А. Васильков, В.Г.Васильков. Изд. «Физкультура и спорт», Москва, 1985г.
13. «Ради здоровья детей». Р.В.Тонкова-Ямпольская, Т.Я. Черток. Изд. «Просвещение», Москва, 1985г.
14. «Тактика в спортивной борьбе». А.Н. Ленц под редакцией Л.Н. Ильичева. Изд. «Физкультура и спорт», Москва, 1967г. 71
15. «Техника классической борьбы». А.Н. Чеснокова. Изд. «Физкультура и спорт», Москва, 1962г.
16. Абдулхаков М.Р., Трапезников А.А., «Бороться, чтобы побеждать».
17. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: учебник / А.М. Максименко. – М.: Издательство Физическая культура, 2005. - 532 с.
18. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. Введение в предмет: учебник для высших специальных физкультурных учебных заведений. 3-е изд. СПб.: Издательство «Лань», 2005. 160с.
19. Осколков В.А. Бокс: обучение и тренировка: Учебное пособие. – Волгоград: ВГАФК, 2003. – 116с
20. Степанов Г.И., «Юный борец», журнал Физкультура и Спорт.
21. Шулика Ю.А. Спортивная борьба для учащихся 2004 г. «Феникс».

Кадровое обеспечение программы

В соответствии со ст. 46 Федерального закона «Об образовании в РФ» право на занятие педагогической деятельностью имеют лица, имеющие среднее профессиональное или высшее образование и отвечающие квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональным стандартам.

В соответствии с профессиональным стандартом к должности «педагог дополнительного образования» предъявляются следующие требования к образованию: высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки», либо в рамках иного направления подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, дополнительным предпрофессиональным программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования по направлению подготовки «Образование и педагогические науки».

Перечень полезных интернет-ссылок

1. <https://worldmartialarts.ru/> - Сайт Единоборств и Боевых искусств.
2. <https://www.minsport.gov.ru> - Всероссийский реестр видов спорта.
3. <https://www.wrestrus.ru> - Федерация спортивной борьбы России.
4. <https://www.boxing-fbr.ru> - Федерация бокса России.
5. <https://video-uroki-online.com/sport/boks> - Видео уроки по боксу.

Перечень расходных материалов, учебно-методических пособий и личного имущества, которые необходимо приобрести обучающимся

Обучающимся необходимо иметь на занятиях спортивную форму по сезону. Во время занятий воспитанники самостоятельно приобретают боксерские перчатки, капы, шлем.