

**Управление образования администрации города Хабаровска
муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
г. Хабаровска «Центр детского творчества «Гармония»**

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета

Протокол № 3
от «21» мая 2025 г

Утверждаю
Директор
МАУДО ЦДТ «Гармония»
 Мякина Г.Б. Мязина
от «21» мая 2025 г

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«На ринге истории»**

Направленность: физкультурно-спортивная
Уровень: стартовый
Возраст обучающихся: 7-17 лет
Срок реализации: 5 месяцев

Авторы-составители:
Хамидуллина Ирина Ансаровна,
методист,
Мещеряков Роман Сергеевич,
педагог дополнительного образования,

г. Хабаровск, 2025

Комплекс основных характеристик ДООП

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «На ринге истории» имеет физкультурно-спортивную направленность и разработана в соответствии с:

1. Законом РФ «Об образовании» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. №678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года».
3. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
4. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
5. Приказом №629 Минпросвещения России от 27.07.2022 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», письмом Минобрнауки о направлении информации вместе с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (от 18 ноября 2015 г. N 09-3242).
6. Письмом Минпросвещения России от 19.03.2020 №ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций по реализации образовательных программ начального, общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий».
7. Распоряжением Министерства образования и наук Хабаровского края от 26.09.2019 г. №1321 об утверждении методических рекомендаций «Правила персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в городском округе, муниципальном районе Хабаровского края».
8. Положением о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе, реализуемой в Хабаровском крае /утв. КГАОУ ДО РМЦ, приказ №220П от 27.05.2025.
9. Уставом МАУДО ЦДТ «Гармония».

Актуальность

Очень важно у юных спортсменов формировать патриотические чувства, чувства гордости за достижения отечественных боксёров.

Изучение истории бокса позволяет раскрыть роль физической культуры и спорта в жизни общества; стимулирует познавательную деятельность; помогает понять истоки этого вида спорта. Изучение биографии известных, легендарных боксёров, тренеров способствует совершенствованию и формированию своей индивидуальности.

Отличительная особенность

Заключается в том, что программа охватывает не только период развития бокса в мировом масштабе, но и отдельно взятой страны, России.

Так же в рамках программы изучаются биографии легендарных отечественных спортсменов, тренеров. Это способствует пониманию того, как и благодаря кому отечественный бокс получил мировое признание.

Новизна

Отдельные блоки программы посвящены: развитию и становлению бокса на Дальнем Востоке, в Хабаровске; выдающимся спортсменам и тренерам Дальневосточного региона.

Особое место уделено боксёрам, которые в годы Великой Отечественной войны ушли добровольцами на фронт, их подвигу.

В программе представлен обширный список литературы, который рекомендован к прочтению юными боксёрами. Многие из представленных книг написаны самими спортсменами и содержат массу полезной и интересной информации не только об особенностях бокса, но и важности вести здоровый образ жизни, регулярно заниматься физическими упражнениями, постоянно развивать не только физические качества, но и умственные (интеллект). Бокс – это интеллектуальный вид спорта.

Тип программы: стартовый уровень.

Форма обучения: очная, групповая.

Возраст детей: 7-17 лет. Обучающиеся по программе «Бокс».

Общий календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год обучения			20	20	40	1 раз в неделю по 2 часа

Цель и задачи программы

Цель: формирование представлений об исторических корнях вида спорта «бокс».

Задачи:

Предметные

- познакомить с историей возникновения бокса в мире, в России, на Дальнем Востоке, Хабаровске;
- познакомить с биографиями выдающихся спортсменов, тренеров по боксу отечественного бокса;
- познакомить с биографиями боксёров, защищающих страну в годы Великой Отечественной войны.

Метапредметные

- сформировать навыки самостоятельной работы;
- развивать коммуникативные навыки;
- стимулировать познавательный интерес к спортивной истории.

Личностные

- развивать дисциплинированность;
- формировать чувство гордости за достижения отечественных боксёров;
- способствовать формированию чувства патриотизма.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы промежуточного контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Откуда есть пошёл бокс	8	7	1	Опрос, беседа, интеллектуальная викторина
2.	Легенды отечественного бокса	16	15	1	Опрос, беседа, интеллектуальная викторина
3.	Гордость земли Дальневосточной	8	7	1	Опрос, беседа, интеллектуальная викторина
4.	Герои не только на ринге	5	4	1	Опрос, беседа, интеллектуальная викторина
5.	Итоговое занятие (квест)	3	-	3	Квест «Код боксёра»
	Всего	40	33	7	

Содержание программы

Раздел 1. Откуда есть пошёл бокс

Правила техники безопасности. Работа с источниками информации.

Тема 1. От кулачных боёв до Олимпийских игр.

Теория. Кулачные бои в Древней Греции. Зарождение бокса как вида спорта. Англия. Первые правила. Эволюция правил: раунды, экипировка, тренажёры, спортивный инвентарь.

Современные виды бокса: правила, кулачные бои, интерактивный бокс. Женский бокс. Появление олимпийских игр, включение бокса в программу Олимпийских игр. Кубок Вэла Баркера: происхождение, кому вручается. Обладатели Кубка в отечественном боксе.

Первый Чемпионат мира по боксу среди мужчин: сроки проведения, место проведения. Результат участия сборной СССР.

Международный день бокса: история происхождения, причины переноса даты празднования, традиции.

Практика. Дополнительные сообщения от самих обучающихся.

Форма контроля. Опрос, беседа, интеллектуальная викторина «Знатоки в перчатках».

Тема 2. От древних народов России до современной России

Теория. Дата, с которой началось зарождение русского бокса. Кулачные бои на Руси: княжеская, царская, период царствования Ивана IV, Петра Великого, Екатерины I, Елизаветы Петровны.

Представители кулачных боёв (легенды кулачных боёв). Правила кулачных боёв, виды, цель проведения.

Развитие советской школы бокса. Люди, которые стояли у истоков бокса в России, СССР: Харлампиев А.Г., Градополов К.В.

Бокс в искусстве: скульптуры, мультфильмы, барельефы, памятники, монументы.

Практика. Дополнительные сообщения от самих обучающихся.

Форма контроля. Опрос, беседа, интеллектуальная викторина «Боксёрский эрудит».

Раздел 2. Легенды отечественного бокса

Теория. Легендарные спортсмены и тренеры отечественного бокса, прославлявшие отечественный спорт в разные годы (периоды).

Практика. Дополнительные сообщения от самих обучающихся.

Форма контроля. Опрос, беседа, интеллектуальная викторина «Битва умов на ринге»

Раздел 3. Гордость земли Дальневосточной

Теория. Становление бокса как вида спорта на Дальнем Востоке.

Биографическая информация о спортсменах, судьях, тренерах, которые стояли у истоков бокса в ДФО, защищавших честь страны не только на внутрисююзных рингах, но и на мировых.

Практика. Дополнительные сообщения от самих обучающихся. Встреча со спортсменами, тренерами. Мастер классы (по договорённости).

Форма контроля. Опрос, беседа.

Раздел 4. Герои не только на ринге

Теория. Биографии спортсменов-боксёров, которые в годы Великой Отечественной войны ушли на фронт.

Бокс во время ВОВ.

Практика. Дополнительные сообщения от самих обучающихся.

Форма контроля. Опрос, беседа, интеллектуальная викторина «Комбинация вопросов».

По итогам реализации программы проводится контрольное занятие в виде викторины «Код боксёра», задания которого включают весь изученный материал.

Планируемые результаты

Предметные достижения

- будут ориентироваться в периодах/эпохах развития бокса как вида спорта в целом и в России;
- будут знать историю развития бокса на Дальнем Востоке;
- будут знать имена легендарных отечественных боксёров разных временных лет, регионов;
- будут знать историю трансформации/эволюции: правил вида спорт «бокс», экипировки боксёра, оборудования.

Метапредметные достижения

- будут владеть навыками работы в команде;
- смогут не только работать с разными источниками информации, но и критически относиться к информации;
- будут развиты коммуникативные навыки.

Личностные достижения

- будет сформирован устойчивый интерес к истории бокса;
- будет развито чувство гордости за достижения отечественных спортсменов;
- будут понимать значимость ведения здорового образа жизни.

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график (Приложение 1)

Образовательные и учебные форматы

Программа предусматривает применение различных методов и приёмов организации образовательного процесса.

Используемые методы:

- словесный (объяснение, беседа, рассказ);
- наглядный (фото/видео материал, тематические презентации);
- практический (викторины, квесты).

Материально-техническое обеспечение

- помещение с необходимой мебелью по количеству обучающихся;
- компьютер, проектор;
- колонки.

Методическое обеспечение

- видео материал (записи боёв боксёров);
- инструкции по технике безопасности;
- дидактические материалы;
- материалы по каждому разделу/теме программы.

Формы промежуточного контроля

По итогам реализации каждого раздела: беседа, опрос, интеллектуальная игра/викторина, дополнительные сообщения от самих обучающихся.

По итогам реализации программы: викторина, содержащий вопросы/задания по всем блокам/темам программы.

Формы предоставления результатов

- тематические сообщения/доклады обучающихся.
- викторины.

Оценочные и контрольно-измерительные материалы

- интеллектуальные викторины/игры.

Список источников

Список для педагогов

1. Булычев А.И. Бокс: Учебное пособие для секций коллективов физической культуры. Изд. третье/Для занятий с начинающими. - М.: ФиС, 1965. - 200 с.
2. Все о боксе/Сост. НА. Худадов, И.В. Циргиладзе; под ред. Л.Н. Сальникова. - М., 1995. - 212 с.
3. Гетье А.Ф. Бокс/А.Ф. Гетье – М.: Издательство «ОГИЗ – Физкультура и Туризм», 1936. – 88с. (Книга по требованию, 2023)
4. Градополов К.В. Бокс/ К.В. Градополов – Б: Книга по Требованию, 2012. – 338с.
5. Гуцин И.Г. Бокс на Дальнем Востоке. – Хабаровск, Книжное издательство, 1965. – 87с.
6. Гуцин И.Г. Ринг Ждёт. – Хабаровск: Книжное издательство, 1980. – 112с., ил.
7. Денисов Б.С. Бокс. Учебное пособие для коллективов физической культуры. Изд. 2-е. - М., Государственное издательство «Физкультура и спорт», 1949. - 55 с.
8. Джероян Г.О. Тактическая подготовка боксёра/Г.О. Джероян. – М.: Издательство «Физкультура и спорт», 1970. – 70с. (Книга по требованию, 2023)
9. Донской Д.Д., Зациорский В.М. Биомеханика: Учебник для институтов физической культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 264с., ил.
10. Ильин Е.П. Психология спорта. – СПб.: Питер, 2021. – 352с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»)
11. Огуренков Е.И. Ближний бой в боксе. – М.: Издательство «Физкультура и спорт», 1969. – 101с.
12. Огуренков Е.И. Современный бокс. – М.: Издательство «Физкультура и спорт», 1966. – 130с.
13. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера: Наука побеждать. - М.: ООО «Издательство Астрель»; ООО «Издательство АСТ», 2004. - 863 с.
14. Романов В.М. Бой на дальней, средней и ближней дистанциях. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 189с., ил.
15. Федченко В.А. Защита боксёра. – Ярославль: Издательство «Физкультура и спорт», 1958. – 88с.
16. Филипецкий Н.С. Бокс в Приморье. – Владивосток: Приморское книжное издательство, 1959. – 64с., ил.

Список литературы для учащихся

1. Баршт А.А. Воспоминания лёгчика. – СПб.: ООО «Издательство «Росток», 2021. – 452с., ил.
2. Бокс в России. Юбилейное издание. Автор-составитель Сергей Социлин. – М.: Продюсерский центр «Динамо», 2023. – 270с., ил.
3. Большой ринг Геннадия Шаткова/Сост. С.И. Князев. – СПб.: Издательско-полиграфическая компания «КОСТА», 2023. – 496с., ил.
4. Документальный фильм «Король ринга. Николай Королев», 2022, Продюсерский центр «Динамо».
5. Зеленарский Н.Я., Ларин Б.А. Мальчик из Дворца пионеров. – М.: Государственное издательство «Физическая культура и спорт», 1958. – 72с.
6. Зимин А.В. Искусство побеждать нокаутом/Зимин Александр; сост. С.Князев. – СПб.: Издательство «Симпозиум», 2020. – 272с., [16] ил.
7. Королёв Н.Ф. Отряд особого назначения. – М.: Издательство ДОСААФ, 1968. – 110с.
8. Королёв Н.Ф. Тугие канаты ринга. – М.: Издательство «Советская Россия», 1970. – 81с.
9. Рассказова И.А. Валерий Попенченко. Первый во всём/И.А. Рассказова. – М.: Продюсерский центр «Динамо», 2022. – 384с. (Легенды и судьбы)
10. Свиридов Г.И. Боксёр легенда. Поэма – М.: ГИС, 2013. – 491с.
11. Свиридов Г.И. Джексон остаётся в России. – М.: Издательство «Профиздат», 1978. – 158с.
12. Хруцкий Э.А. Этот неистовый русский (документально-художественная повесть). – М.: Физкультура и спорт, 1970. – 128с., ил (Книга по требованию, 2013)
13. Чемпионы СССР по боксу (1926-1965). Автор-составитель Сергей Коненкин, - Коломна.: АО «Коломенская типография», 2025. – 260с., ил.
14. Шоцикас А.С. Четвёртый раунд. М.: «Молодая гвардия», 1974. – 224с.
15. Щербаков С.С. Записки боксёра. – М.: Издательство «Физкультура и спорт», 1955. – 128с.

Интернет-ресурсы

Официальный сайт Федерации бокса России: <http://www.rusboxing.ru>

Календарный учебный график

Месяц	№	Тема занятия	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля	Примечание
Раздел 1. Откуда есть пошёл бокс						
	1	Зарождение бокса как вида спорта. Правила: эволюция, первые правила.	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
	2	Спортивная экипировка: эволюция, появление.	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
	3	Олимпийские игры: включение бокса в программу. Наш сборная на ОИ. Кубок Вэла Баркера	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
	4	Кулачные бои на Руси. Советская школа бокса: основоположники	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
	5	Бокс в литературе, кино, искусстве.	Беседа, лекция, просмотр мультфильмов	1	Опрос, наблюдение	
	6	Чемпионат мира по боксу (1975). Международный день бокса.	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
	7	Современные виды бокса: интерактивный, кулачные бои, профессиональный бокс.	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
	8	Интеллектуальная викторина	Игра	1	Викторина	
Раздел 2. Легенды отечественного бокса						
	9	Легенды советского бокса	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
	10	Легенды советского бокса	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
	11	Легенды советского бокса	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	

12	Легенды советского бокса	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
13	Легенды советского бокса	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
14	Легенды советского бокса	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
15	Легенды советского бокса	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
16	Интеллектуальная викторина	Игра	1	Викторина	
17	Легенды советского бокса	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
18	Легенды советского бокса	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
19	Легенды советского бокса	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
20	Легенды советского бокса	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
21	Легенды советского бокса	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
22	Легенды советского бокса	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
23	Легенды советского бокса	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
24	Интеллектуальная викторина	Игра	1	Викторина	
Раздел 3. Гордость земли Дальневосточной					
25	Становление бокса как вида спорта на Дальнем Востоке	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
26	Становление бокса как вида спорта на Дальнем Востоке	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
27	Становление бокса как вида спорта в Хабаровске	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
28	Становление бокса как вида спорта в Хабаровске	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	

29	Легендарные спортсмены Дальнего Востока	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
30	Легендарные спортсмены города Хабаровска	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
31	Легендарные спортсмены города Хабаровска	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
32	Спортсмены в сборной нашей страны	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
Раздел 4. Герои не только на ринге					
33	Бокс во время Великой Отечественной войны	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
34	Боксёры, защищающие страну в годы ВОВ	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
35	Боксёры, защищающие страну в годы ВОВ	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
36	Боксёры, защищающие страну в годы ВОВ	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
37	Боксёры, защищающие страну в годы ВОВ	Беседа, лекция	1	Опрос, наблюдение	
38-40	Итоговое занятие	Викторина	3	Итоговая викторина	