

**МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА»**

УТВЕРЖДЕНО

Первый проректор-проректор по учебной работе  
 Кубанского государственного университета  
 физической культуры, спорта и туризма  
 профессор

А. А. Тарасенко

«21» декабря 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Декан факультета повышения  
 квалификации и переподготовки  
 кадров, доцент

О.Н. Костюкова  
 «21» декабря 2024 г.

**Учебный план**

дополнительной профессиональной программы повышения квалификации  
 «Современные технологии спортивной подготовки в боксе»

**Цель реализации образовательной программы:** повышение профессионального уровня работников и специалистов по боксу на основе совершенствования их трудовых функций, обеспечение прочного и сознательного овладения слушателями теоретико-методическими знаниями и прикладными навыками, необходимыми тренеру в практической деятельности.

**Категория слушателей:** тренеры, тренеры-преподаватели.

**Форма обучения:** очно-заочная с применением дистанционных образовательных технологий.

**Трудоемкость:** 108 академических часов.

**Срок освоения:** 2-3 недели.

**Режим занятий:** 2-8 часов в день.

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины (модуля), практики и стажировки	Общая трудоемкость	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу слушателей и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
			Лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа	
1.	<b>Общая характеристика вида спорта (боксе)</b>	<b>18</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>16</b>	<b>Текущий контроль</b>
1.1	Бокс в системе физической культуры в России. История развития бокса в России и за рубежом	12	2	-	10	Индивидуальный или групповой устный опрос. Проверка выполнения заданий для самостоятельной работы
1.2	Характеристика объективных условий при занятиях боксом. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях боксом	6	-	-	6	
2.	<b>Технология спортивной подготовки</b>	<b>48</b>	<b>4</b>	<b>16</b>	<b>28</b>	<b>Текущий контроль</b>
2.1	Планирование и моделирование системы подготовки боксеров	18	2	6	10	Индивидуальный или групповой устный

2.2	Многолетняя система подготовки спортсменов в боксе	22	2	8	12	опрос. Проверка выполнения заданий для самостоятельной работы
2.3	Нормативно-правовые основы деятельности спортивных организаций по виду спорта «бокс»	8	-	2	6	
3.	<b>Система спортивных соревнований и характеристика соревновательной деятельности</b>	<b>40</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>26</b>	<b>Текущий контроль</b>
3.1	Общие основы организации соревновательной деятельности	16	-	6	10	Индивидуальный или групповой устный опрос. Проверка выполнения заданий для самостоятельной работы
3.2	Основы организации и проведения соревнований по боксу	24	2	6	16	
<b>Итоговая аттестация</b>		<b>2</b>	<b>-</b>	<b>-</b>	<b>2</b>	<b>Зачет (тестирование)</b>
<b>ИТОГО</b>		<b>108</b>	<b>8</b>	<b>28</b>	<b>72</b>	