

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
спортивная школа олимпийского резерва «Ермак»  
(МБУ ДО СШОР «Ермак»)**

Утверждено  
приказом МБУ ДО СШОР «Ермак»

№ ЕР-03-326/4 от «30» августа 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ПО ВИДУ СПОРТА «БОКС»**

*Разработана с учетом дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «бокс», утвержденной приказом МБУ ДО СШОР «Ермак» от 06 сентября 2023 года № ЕР-03-350/3, в соответствии с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения в области физической культуры и спорта*

Уровни подготовки	Продолжительность (в годах)
Базовый ровень	не менее 1 год
Углубленный уровень	не менее 2 лет

Составитель программы:

№ п/п	Ф.И.О.	Должность
1	Марчевская А.В.	Инструктор-методист
2	Баева Д.В.	Инструктор-методист

г. Сургут, 2024 год

## СОДЕРЖАНИЕ

	<b>Пояснительная записка</b>	<b>3</b>
	Характеристика вида спорта «бокс»	
<b>Глава I</b>	<b>Общие положения</b>	<b>4</b>
1.1.	Название программы, нормативное обеспечение	4
1.2.	Цель программы, основные задачи и планируемые результаты реализации Программы	5
<b>Глава II</b>	<b>Характеристика дополнительной общеразвивающей программы</b>	<b>6</b>
2.1.	Сроки реализации Программы	6
2.2.	Объем дополнительной общеразвивающей программы	7
2.3.	Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной общеразвивающей программы	8
2.4.	Годовой учебно-тренировочный план	10
2.5.	Воспитательная работа	12
2.6.	Планы мероприятий, направленные на предотвращения допинга в спорте и в борьбе с ним	19
2.7.	Планы инструкторской и судейской практики	21
2.8.	Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств	22
<b>Глава III</b>	<b>ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРОГРАММЫ</b>	<b>25</b>
<b>Глава IV</b>	<b>УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ</b>	<b>26</b>
4.1.	Требования к материально – технической базе	26
4.2.	Кадровые условия реализации Программы	26
4.3	Перечень информационного обеспечения	27

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Бокс - в переводе с английского - «удар», популярнейший вид спорта, имеющий огромное оздоровительное и прикладное значение, это один из самых сложных видов спорта, в котором от обучающегося требуется идеальное сочетание выносливости, силы и скорости.

Бокс, как вид спортивной борьбы, культивируемый в большинстве стран мира, является олимпийским видом спорта. Развитием бокса в мире занимается Международная федерация бокса (International Boxing Federation IBF).

Для этого вида спорта характерно непосредственное контактное противодействие спортсменов - соперников. Поединки — это физическое и психологическое противостояние, которое требует активного проявления волевых качеств, инициативности, самообладания. В процессе спортивного совершенствования развиваются общая и специальная выносливость, силовые качества основных групп мышц и их скоростные характеристики, улучшаются реакции, повышается эффективность и продуктивность психических процессов. Специфика боксерских поединков требует от спортсменов хорошей физической подготовки: прежде всего, силы и колоссальной выносливости. Огромное значение имеет постановка дыхания, а также специфические навыки: реакция, умение «взорваться», способность держать удар.

Регулярные занятия боксом развивают силу, выносливость, реакцию, координацию движений. Занятия боксом в полной мере обеспечивают: укрепление здоровья, всестороннее гармоничное развитие юных спортсменов, привитие навыков здорового образа жизни, необходимых условий для личностного развития детей, нравственного воспитания, морально-волевых качеств, формирование жизненно-важных двигательных умений и навыков.

Настоящего боксера отличает не только хорошая физическая подготовка и техника. В первую очередь, это - думающий спортсмен, способный «читать» и предвидеть действия противника. Не случайно поединок мастеров ринга иногда сравнивают с шахматной партией.

Бокс развивается в двух направлениях: как любительский и как профессиональный. Различия между ними заключаются в правилах проведения соревнований, формуле боёв, экипировке и т.д.

Классифицируется как контактный вид единоборств, в весовых категориях, установленных Правилами соревнований. В условиях современности бокс доступен для занятий лиц обоих полов. Большая популярность бокса объясняется его зрелищностью, высоким эмоциональным накалом спортивной борьбы и разносторонним воздействием на двигательные и волевые качества.

## **I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

### **1.1. Название программы, нормативное обеспечение**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «бокс» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности физкультурно-спортивной направленности по виду спорта «бокс» с учетом нормативных требований по физической и спортивно-технической подготовке юных обучающихся, полученные на основе научно-методических материалов и рекомендаций последних лет, а также следующих нормативных правовых актов:

- Федерального закона от 29 декабря 2012г. №273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

- Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329 – ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

- приказа Минспорта России от 27.01.2023 г. №57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;

- приказа Министерства здравоохранения РФ от 23.11.2020г. №1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях»;

- постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения»;

- методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ нового поколения (включая разноуровневые программы) в области физической культуры и спорта, разработанных ФГБУ «Федеральный центр организационно-методического обеспечения физического воспитания» в 2021 году.

## **1.2. Цель программы, основные задачи и планируемые результаты реализации Программы**

Целью Программы является укрепления здоровья обучающихся, достижения всестороннего развития, овладения первоначальными навыками бокса, формирования моральных и волевых качеств, подготовка обучающихся к процессу физкультурно-спортивной направленности по боксу.

Основными задачами реализации Программы являются:

— формирование и развитие физкультурно-спортивных и творческих способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании;

— формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;

— формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;

— обучение основам техники бокса, подготовка к действиям в различных ситуациях самозащиты;

— выявление и поддержка обучающихся, проявивших выдающиеся способности в спорте.

Направленность дополнительной общеразвивающей программы «бокс» - физкультурно-спортивная (базовый и углубленный уровень).

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «бокс» реализуется на базе муниципального бюджетное учреждения дополнительного образования спортивная школа олимпийского резерва «Ермак».

## **II. Характеристика дополнительной общеразвивающей программы**

Дополнительная общеразвивающая программа по виду спорта «бокс» составлена в соответствии с требованиями к осуществлению физкультурно-спортивной направленности, определяет основные направления и условия физкультурно-спортивной направленности обучающихся в МБУ ДО СШОР «Ермак» города Сургута и является документом, регламентирующим процесс физкультурно-спортивной направленности по виду спорта «бокс».

Актуальность Программы заключается в реализации сохранения и укрепления здоровья, совершенствования функциональных возможностей организма, развития физических качеств, обогащения двигательного опыта, формирования социально-психологических свойств личности.

В основу программы положены следующие принципы (особенности) построения процесса физкультурно-спортивной направленности:

- программно-целевой подход к организации физкультурно-спортивной направленности;
- разноуровневая подготовка;
- индивидуализация физкультурно-спортивной направленности;
- единство общей и специальной физической подготовки;
- цикличность процесса подготовки;
- взаимосвязь всех составляющих процесса физкультурно-спортивной направленности, прежде всего учебно-тренировочного, соревновательного и воспитательного процессов.

Учебный материал данной Программы включает нормативную и практическую (методическую) части и содержит обоснованные рекомендации по построению, содержанию, организации и осуществлению учебно – тренировочного процесса по виду спорта «бокс».

Программа является основным документом Учреждения при организации и проведении занятий по виду спорта «бокс», однако практическая (методическая) часть Программы не должна рассматриваться как единственно возможный вариант планирования учебно – тренировочного процесса.

### **2.1. Сроки реализации Программы и возрастные границы лиц, количество лиц в группах по виду спорта «бокс»**

Сроки реализации Программы и возрастные границы лиц, количество лиц в группах по виду спорта «бокс» представлены в **таблице 1**.

**Сроки реализации Программы и возрастные границы лиц, количество лиц в группах по виду спорта «бокс»**

Уровни подготовки	Срок обучения (лет)	Адресат программы (лет)	Наполняемость (человек)
Базовый уровень	не менее года - до 42 недель	8 - 18	5-18
Углубленный уровень	не менее 2-х лет – до 42 рабочих недель	12 - 18	5-15

На базовый уровень зачисляются лица, достигшие 8-летнего возраста, желающие заниматься боксом, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям, на основе письменного заявления родителей (законных представителей) и наличия медицинского заключения о допуске к занятиям боксом.

На углубленный уровень зачисляются обучающиеся, достигшие 12-летнего возраста и не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям боксом.

В основу комплектования групп положена научно обоснованная система подготовки с учетом возрастных закономерностей становления спортивного мастерства (особенность вида спорта и возраста обучающихся):

— увеличение недельной учебно-тренировочной нагрузки обуславливаются возрастом обучающихся;

— возраст обучающихся определяется годом рождения и является минимальным для зачисления в группы;

— допускается превышение указанного возраста не более чем на два года;

— установленная недельная учебно-тренировочная нагрузка является максимальной.

## **2.2. Объём дополнительной общеразвивающей программы**

Недельный и общий объём дополнительной общеразвивающей программы представлен в таблице 2.

### Объем дополнительной общеразвивающей программы

Уровни подготовки	Базовый уровень			Углубленный уровень		
	8-11 лет	12-14 лет	15-18 лет	12-14 лет	15-16 лет	17-18 лет
Количество часов в неделю (не более)	4	6	6	6	10	10
Общее количество часов в год	168	252	252	252	420	420

### 2.3. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации Программы

**Форма обучения** по Программе: очная; очная с применением дистанционных технологий.

**Основными формами** учебно-тренировочного процесса являются:

- учебно-тренировочные занятия;
- работа по индивидуальным планам работы (отпуск, командировка тренера-преподавателя) приложение 1.
- спортивные соревнования (контрольные схватки, спарринги, официальные мероприятия).

#### Учебно-тренировочные занятия

Освоение Программы осуществляется в рамках проведения групповых теоретических и практических учебно-тренировочных занятий.

**Формы организации занятий:** урочная (аудиторные – теоретические занятия, практические занятия), дистанционная (синхронная и асинхронная организация учебно-тренировочного процесса с применением дистанционных образовательных технологий).

Учебно - тренировочные занятия проводятся с группой, сформированной с учетом возрастных и гендерных особенностей обучающихся избранного вида спорта.

Дистанционные технологии обучения применяются при возникновении ситуаций угрозы жизни и здоровью обучающихся (эпидемии, режим повышенной готовности), а также при отсутствии материально-технической базы по производственным причинам (ремонтные работы, соревновательная деятельность).

Продолжительность одного учебно - тренировочного занятия при реализации **базового уровня** рассчитывается в астрономических часах и с учётом возрастных особенностей обучающихся не может превышать:

- обучающие 8-11 лет – до 4 занятий в неделю, не более 4-х часов;

- обучающие 12-14 лет – до 5 занятий в неделю, не более 6 часов;
- обучающие 15-18 лет – до 5 занятий в неделю, не более 6 часов.

Продолжительность одного учебно - тренировочного занятия при реализации углубленного уровня рассчитывается в астрономических часах и с учётом возрастных особенностей обучающихся не может превышать:

- обучающие 12-14 лет – до 3 занятий в неделю, 6 часов;
- обучающие 15-16 лет, 17-18 лет – до 5 занятий в неделю, до 10 часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия.

Занятия начинаются не ранее 08:00 часов утра и заканчиваются не позднее 20:00 часов. Для обучающихся в возрасте 16-18 лет допускается окончание занятий в 21:00 час.

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса на период выезда тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно-тренировочные мероприятия, его временной нетрудоспособности, отпуска допускается объединение на временной основе учебно-тренировочных групп для проведения учебно-тренировочных занятий при соблюдении следующих условий:

- не превышения разницы в уровне подготовки обучающихся;
- не превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;
- обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

В целях качественной подготовки, обучающиеся могут привлекаться к участию в учебно-тренировочных мероприятиях.

Направленность, содержание и продолжительность учебно-тренировочных мероприятий рекомендуется определять в зависимости от уровня подготовленности обучающихся.

### **Структура учебно-тренировочного занятия:**

Подготовительная часть (30 - 35 % от всего времени занятия) предусматривает:

- организацию обучающихся к началу занятия, проверку готовности к тренировке, сообщение задач занятия, повышение внимания обучающихся (для этого применяются строевые упражнения, команды), психологического настроя на продуктивную работу;
- осуществление общей разминки организма для повышения работоспособности сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечной систем (применяются ходьба, бег, общеразвивающие упражнения);
- осуществление специальной разминки с целью подготовки к работе тех мышечных групп, которые будут задействованы в основной части занятия.

Основная часть (60 - 70 % от всего времени занятия) предназначена для решения конкретных задач физкультурно-спортивной направленности. Если в основной части решается несколько задач разного типа, то перед каждой новой задачей необходимо провести кратковременную разминку, помогающую

психологически настроиться и обеспечить вработывание организма в новый режим деятельности.

Заключительная часть (5 - 10 % от всего времени занятия) способствует постепенному снижению функциональной активности организма. Постепенное снижение нагрузки достигается легко дозируемыми упражнениями (умеренный бег, ходьба, упражнения на гибкость). В этой части занятия необходимо рекомендовать обучающимся самостоятельные задания для выполнения в домашних условиях.

### **Спортивные соревнования**

Спортивные соревнования, их характер и сроки проведения планируются заранее. Основными документами планирования и проведения соревнований являются календарный план и положение о соревнованиях.

Соревнования должны планироваться таким образом, чтобы по своей направленности и степени трудности они соответствовали задачам, поставленным перед обучающимся на данном уровне подготовки.

Данная программа не предусматривает обязательное принятие участия обучающимися в соревновательной деятельности.

Требования к участию обучающихся в спортивных соревнованиях:

- соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации лиц, и правилам вида спорта «бокс»;
- соответствие требованиям к требованиям реализации Программ на соответствующем уровне;
- наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил, утверждённых международными антидопинговыми организациями.

Обучающиеся при участии в спортивных соревнованиях обязаны соблюдать требования соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

#### **2.4. Годовой учебно-тренировочный план**

Учебно-тренировочный процесс ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, разработанным с учетом недельного режима учебно-тренировочной нагрузки для различных уровней подготовки и предусматривающим реализацию программы до 42 недель в году. Годовой учебно-тренировочный план учебно-тренировочных занятий представлен в **таблице 3**.

Таблица 3

### Годовой учебно-тренировочный план на различных уровнях подготовки

	Виды подготовки и иные мероприятия	Уровни подготовки					
		Базовый уровень			Углубленный уровень		
		8-11 лет	12-14 лет	15-18 лет	12-14 лет	15-16 лет	17-18 лет
		Недельная нагрузка в часах					
		4	6	6	6	10	10
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах					
		1	2	2	2	2	2
		Наполняемость групп (человек)					
		5-18	5-18	5-18	5-15	5-15	5-15
1.	Теоретическая подготовка	6	6	6	6	8	8
2.	Общая физическая подготовка	62	68	68	49	107	107
3.	Специальная физическая подготовка	35	50	50	49	87	77
4.	Технико-тактическая подготовка	47	109	109	125	190	198
5.	Психологическая подготовка	2	3	3	3	6	8
6.	Контрольные соревнования	6	6	6	6	6	6
7.	Инструкторская и судейская практика	-	-	-	4	6	6
8.	Диагностика, мониторинг, итоговая аттестация	4	4	4	4	4	4
9.	Восстановительные мероприятия	-	-	-	-	-	-
10.	Медицинское обследование	6	6	6	6	6	6
	<b>Всего часов</b>	168	252	252	252	420	420

Годовой учебно-тренировочный план по виду спорта «бокс» ежегодно на начало учебного года согласуется на Педагогическом совете и утверждается приказом директора

Начало учебного года – 1 сентября. Учебно-тренировочный процесс проводится в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом, рассчитанным на 42 недели. Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия – 60 минут. Тренеры-преподаватели организуют учебно-тренировочный процесс на основе следующих видов планирования:

- ежегодного - составляют план проведения групповых учебно-тренировочных занятий, итоговой аттестации на год;
- ежемесячного, составляемого не позднее чем за месяц до планируемого срока проведения учебно-тренировочных занятий, включающего инструкторскую и судейскую практику, а также медико-восстановительные и другие мероприятия.

## 2.5. Воспитательная работа

Воспитательная работа – обязательный аспект деятельности современного образовательного учреждения. Сущность воспитательной работы состоит в создании условий для полноценного развития личности обучающихся путем обогащения воспитательной среды целенаправленно организуемыми событиями.

Воспитательная работа предполагает тесное единство нравственного, умственного, эстетического и трудового воспитания с учетом особенностей физкультурно-спортивной, учебно-тренировочной деятельности, особенностей их влияния на личность обучающегося, задач этапа подготовки. Воспитательное воздействие органически входит учебно-тренировочную деятельность и жизнь спортивной школы.

Воспитательная работа представляет собой совокупность педагогических воздействий, направленных на решение задач патриотического, нравственного, трудового, социологического, художественно-эстетического, правового, физического воспитания.

Основная цель воспитательной работы - воспитание всесторонне развитой личности, формирование здорового образа жизни, активной жизненной позиции. Специфика воспитательной работы в спортивной школе состоит в том, что тренер-преподаватель проводит ее во время учебно-тренировочных занятий и дополнительно на учебно-тренировочных сборах и в спортивно-оздоровительных лагерях, где используется и свободное время. На протяжении всего периода обучения тренер-преподаватель формирует у обучающихся патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, аккуратность, трудолюбие).

Успешность воспитания обучающегося во многом обусловлена способностью тренера-преподавателя повседневно сочетать задачи специальной физкультурно-спортивной направленности и общего воспитания, обеспечивая соответствие учебно-тренировочного процесса общей направленности воспитания. Важное место в воспитательной работе отводится соревнованиям. Наряду с воспитанием у обучающихся понятий об общечеловеческих ценностях, серьезное внимание обращается на этику спортивной борьбы. Здесь важно сформировать у занимающихся должное отношение к запрещенным приемам и действиям (допинг, неспортивное поведение, взаимоотношения участников, тренеров-преподавателей, судей и зрителей). Перед соревнованиями необходимо настраивать обучающихся не только на достижение победы, но и на проявление в ходе соревнований морально-волевых качеств. Соревнования могут быть средством контроля успешности воспитательной работы в коллективе. Наблюдая за особенностями поведения обучающихся во время их выступлений, тренер-преподаватель может делать выводы об уровне морально-волевых качеств.

Цель воспитательной работы: формирование всесторонне развитой, гармоничной личности посредством развития социальных компетенций,

требуемых для жизнедеятельности и продолжения образования.

Задачи воспитательной работы:

- формирование основы мировоззрения личности с учетом отечественных традиций, современного опыта, достижений науки, спорта, культуры и искусства;
- воспитание сознательного отношения к обучению; к труду, общественно полезной работе и бережного отношения к личности (взаимоуважение, взаимопомощь), общественному достоянию;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- нравственное, эстетическое воспитание и воспитание в духе спортивной этики.

Способы достижения цели:

- четкое планирование воспитательной работы в группах отделения бокса;
- прохождение воспитательной работы через все виды и формы деятельности тренера-преподавателя и обучающегося;
- сотрудничество с родителями и спортивной школой.

Направления воспитательной работы:

- Гражданско-патриотическое: воспитание патриотизма, любви к Родине и верности Отечеству.
- Профессионально-спортивное: развитие морально-волевых качеств; воспитание эмоционально-волевой устойчивости к неблагоприятным факторам, способности переносить большие психические нагрузки, профессиональная ориентация.
- Нравственное: воспитание преданности и любви к Отечеству;
- развитие чувства долга, чести, воспитание интернационализма, дружбы к товарищам по команде;
- уважения к тренеру-преподавателю;
- приобщение к истории, традициям бокса.
- Правовое: воспитание законопослушности; формирование неприятия нарушений спортивной дисциплины; развитие потребностей в здоровом образе жизни.
- Социологическое: воспитание культуры взаимоотношений в коллективе обучающихся, в семье, в обществе.

Содержание направлений воспитательной работы

Гражданско-патриотическое воспитание

Цели и задачи: формирование у обучающихся высоких нравственных принципов, выработка норм поведения, приобщение к боевым и трудовым традициям народа, разъяснение истоков и пропаганда героизма в вооруженной защите Родины от врагов, воспитание гордости за подвиги старших поколений;

Формы и средства реализации:

- посещение музеев;
- месячник военно-патриотического воспитания;
- встречи с представителями всех родов войск, ветеранами;

- спортивные соревнования, участие в военно-спортивных школьных и городских мероприятиях;
- беседы, посвященные военной и патриотической тематике;
- экскурсии, походы, праздники и др.

Критерии оценки:

- любовь к своему городу, к людям, воспитание гражданской ответственности, желание любить и защищать свой край, свою страну.

#### Профессионально-спортивное

Цели и задачи: формирование физической культуры личности, приобретение опыта творческого использования средств и методов физической культуры и спорта, создание устойчивой мотивации и потребности к здоровому образу жизни и физическому самосовершенствованию, обеспечение психофизической готовности к будущей профессиональной деятельности.

Формы и средства реализации:

- организация деятельности по охране здоровья и профилактике заболеваний;
- психологические тренинги, беседы, игры;
- участие во внутришкольных, городских, областных спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- дни здоровья, специальные спортивные праздники;
- организация инструкторской и судейской практики.

Критерии оценки:

- спортивные нормативы;
- показатели на спортивных соревнованиях по боксу;
- результаты медицинских осмотров.

Нравственное воспитание - одна из важнейших сторон многогранного процесса становления личности, освоение индивидом моральных ценностей, выработка им нравственных качеств, способности ориентироваться на идеал, жить согласно принципам, нормам и правилам морали, когда убеждения и представления о должном воплощаются в реальных поступках и поведении. В работе с детьми на этапе начальной подготовки главным является работа с родителями, контроль успеваемости в школе, дисциплине и посещаемости занятий (проверка дневников, связь с педагогами школ). Активно проводится агитационно-массовая работа по привлечению детей к занятиям спортом.

Одной из первостепенных задач в процессе занятий в спортивной школе является освоение учащимися норм и правил поведения, предусматриваемых спортивной этикой, которая является существенным фактором формирования общественной морали. Воспитание моральных качеств обучающихся начинается с первых занятий: уважительное отношение к товарищам по спортивной школе, к соперникам, к тренеру-преподавателю, к судьбе, к зрителям. Главное в воспитании – сделать общие принципы нравственного поведения практическим руководством к действию в области спорта.

Цели и задачи нравственного воспитания:

- способствовать осмыслению обучающимися общечеловеческих ценностей, осознанию личностной причастности к обществу, пониманию своего «Я»;
- воспитывать у обучающихся правильную нравственную позицию;
- воспитывать ответственное отношение ребенка к Родине, обществу, коллективу, людям, труду, своим обязанностям, самому себе, формировать чувство патриотизма и интернационализма, товарищества, коллективизма, активного отношения к действительности;
- способствовать превращению социально-необходимых требований общества во внутренние стимулы личности каждого ребенка: честь, дом, совесть, достоинство.

Формы и средства реализации: организация и проведение тематических бесед; организация и проведение диспутов, дискуссий на нравственные и этические темы.

Критерии оценки:

- Результаты тестирования «Размышляем о жизненном опыте» с целью выявления нравственной воспитанности.
- Результаты работы по определению общественной активности обучающихся.

Правовое воспитание – это целенаправленная, организованная, последовательная, систематическая и системная деятельность со стороны государства, его органов, учреждений и организаций, других участников правовоспитательной деятельности с целью формирования у обучающихся надлежащего уровня правового сознания и правовой культуры, законопослушности, правомерного поведения, а также стремление к социально-правовой активности.

Цели и задачи:

- содействие самоопределению личности, создание условий для ее самореализации;
- формирование у обучающихся целостных представлений о жизни общества и человека в нем, адекватных современному уровню научных знаний;
- выработка основ нравственной, правовой, экономической, политической, экологической культуры, оказание помощи в реализации права обучающимися на свободный выбор, взглядов и убеждений с учетом многообразия мировоззренческих подходов;
- ориентации на гуманистические и демократические ценности.

Формы и средства реализации:

- изучение правил поведения в спортивной школе и общественных местах;
- школьный лекторий «Закон и порядок» (встречи с представителями правоохранительных органов, психологической службы, ГИБДД, медработниками);
- общешкольные мероприятия.

Критерии оценки:

– Сформированность национального самосознания, патриотического долга, ответственности перед обществом.

– Отсутствие правонарушений и преступлений.

– Умение вести себя в общественных местах.

Социологическое воспитание – это воспитание как общественный процесс, роль социальных институтов (семьи, системы образования, средств массовой информации и др.), а также социальной макро- и микросреды в этом процессе.

Цели и задачи:

– формирование любви, уважения, чувства долга к родителям, близким людям, ответственности и уважения к окружающим;

– воспитание сознательного отношения к совершенствованию окружающего социума, оказание различных форм социальной помощи людям.

Формы и средства реализации:

– обеспечение комфортных условий для развития ребенка;

– индивидуальная работа с детьми и родителями;

– психологическая поддержка семей;

– родительский всеобуч;

– родительские собрания.

Критерии оценки:

– благоприятный психологический климат в семье и коллективе;

– сформированность здоровых духовных и материальных потребностей;

– отсутствие обучающихся на учете в межведомственном банке несовершеннолетних;

– уважительное отношение к старшим, готовность оказать им посильную помощь.

План воспитательной работы разрабатывается и утверждается ежегодно, и содержит:

– групповую и индивидуальную форму работы с обучающимися;

– профессиональную ориентацию обучающихся;

– творческую, исследовательскую работу;

– проведение физкультурно-оздоровительных, физкультурно-спортивных, творческих и иных мероприятий, в том числе и в летний период;

– организацию встреч, лекций, бесед, мастер-классов с известными спортсменами ХМАО-Югры и Российской Федерации;

– организацию посещения музеев, кинотеатров для просмотра спектаклей, представлений, фильмов на спортивную тему или иную тему, связанную с воспитательной работой.

Примерный календарный план воспитательной работы представлен в **таблице 4**.

## Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	<b>Профориентационная деятельность</b>		
1.1.	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей	В течение года
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе	В течение года
2.	<b>Здоровьесбережение</b>		
2.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта	В течение года
2.2.	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные	В течение года

		<p>процессы обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета)</li> </ul>	
<b>3.</b>	<b>Патриотическое воспитание обучающихся</b>		
3.1.	<p>Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)</p>	<p>Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися</p>	В течение года
3.2.	<p>Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях, и иных мероприятиях)</p>	<p>Участие в:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях;</li> <li>- тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых учреждением</li> </ul>	В течение года
<b>4.</b>	<b>Развитие творческого мышления</b>		
4.1.	<p>Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)</p>	<p>Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов;</li> <li>- развитие навыков обучающихся и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения;</li> </ul>	В течение года

		- правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора обучающихся	
--	--	---	--

Календарный план воспитательной работы составляется Учреждением на учебный год. Перечень мероприятий плана воспитательной работы, сроки проведения мероприятий конкретизируются в годовом общешкольном плане воспитательной работы с указанием ответственных исполнителей. В календарный план воспитательной работы учреждения могут вноситься изменения, на основании запросов куратора, учредителя.

## 2.6. План мероприятий, направленных на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним

Антидопинговое обеспечение осуществляется на основании приказа Минспорта России 24.06.2021 г. № 464 «Об утверждении Общероссийских антидопинговых Правил», которые соответствуют положениям Международной конвенции о борьбе с допингом в спорте, принятой Генеральной конференцией ЮНЕСКО на 33-й сессии в городе Париже 19 октября 2005 г. и ратифицированной Федеральным законом от 27 декабря 2006 г. №240-ФЗ «О ратификации Международной конвенции о борьбе с допингом в спорте», Всемирного антидопингового кодекса, принятого Всемирным антидопинговым агентством, и Международным стандартам ВАДА.

Основная цель антидопинговых мероприятий – сформировать у обучающихся понимание ценности здорового образа жизни, критическое отношение к зависимому поведению, предотвратить использования допинга в спортивной среде.

Комплекс мер по антидопинговой профилактике:

- реализация курса по основам антидопингового поведения с учетом возраста, исходного уровня знаний, отношения обучающихся к проблеме допинга, их личностной заинтересованности в данном вопросе;
- формирование информационной политики: размещение материалов и стендов по данной тематике (брошюры, памятки);
- участие в организации и проведении спортивно-массовых, физкультурно-оздоровительных мероприятий по данной тематике, информационно-образовательных мероприятий в форме семинаров, лекций, круглых столов для обучающихся и их родителей;
- ежегодное обучение тренеров-преподавателей, ответственных за антидопинговое поведение обучающихся с оценкой уровня знаний;
- ознакомление обучающихся под подпись с локальными нормативными актами, связанными с антидопинговыми правилами;
- получение сертификата о прохождении ежегодного дистанционного курса по антидопингу РУСАДА обучающимися.

Примерный план мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним представлен в **таблице 5**.

**Примерный план мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним**

Уровни подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
<b>Базовый уровень</b>	Теоретическое занятие «Что такое допинг. Виды нарушений антидопинговых правил»	1 раз в год	Начальные знания о допинге
	Теоретическое занятие «Последствия допинга для здоровья спортсмена»	1 раз в год	Знания о вреде допинга для здоровья
	Мероприятие (любой формат), посвящённое Чистому спорту!	1 раз в год	Приобретение знаний о спортивном поведении и последствиях допинга
	Онлайн-обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса и получение сертификата
	Родительское собрание «Роль родителей в формировании антидопинговой культуры»	1 раз в год	Научить родителей пользоваться сервисом по проверке препаратов на сайте РАА «РУСАДА»
	Участие в городских и региональных антидопинговых мероприятиях	По назначению	Принимать участие в конкурсах, акциях
<b>Углубленный уровень</b>	Онлайн-обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса и получение сертификата
	Семинар для обучающихся и тренеров-преподавателей «Виды нарушений антидопинговых правил. Ответственность спортсмена и тренера-преподавателя»	1 раз в год	Памятки для обучающихся и тренеров-преподавателей
	Мероприятие (любой формат) Посвящённое Чистому спорту!	1 раз в год	Закрепление знаний о спортивном поведении и последствиях допинга
	Теоретическое занятие	1 раз в год	Знания о правах о

	«Антидопинговый справочник спортсмена»		обязанностях обучающихся, о процедуре отбора проб
	Практическое занятие «Проверка лекарственных препаратов. Знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»	1 раз в год	Научить пользоваться сервисом по проверке препаратов на сайте РАА «РУСАДА»
	Родительское собрание «Роль родителей в формировании антидопинговой культуры»	1 раз в год	Ответственность родителей
	Участие в городских и региональных антидопинговых мероприятиях	По назначению	Принимать участие в конкурсах, акциях
	Занятие по теме: «Характеристика допинговых средств и методов. Роль витаминизации в спорте.	1 раз в год	Занятие по теме: «Характеристика допинговых средств и методов. Роль витаминизации в спорте.

\* В начале календарного года в план могут вноситься изменения, план утверждается приказом директора

## 2.7. Планы инструкторской и судейской практики

Инструкторская и судейская практика являются продолжением учебно-тренировочного процесса обучающихся, способствуют овладению практическими навыками в тренерско-преподавательской деятельности и судействе бокса.

**Инструкторская практика.** В основе инструкторских занятий лежит принятая методика обучения бокса. Поочередно выполняя роль инструктора, боксеры учатся последовательно и систематически изучать атакующие и защитные действия. Тренер-преподаватель обязан правильно называть эти действия в соответствии с терминологией вида спорта «бокс», правильно показывать их, давать тактическое обоснование, обращать внимание обучающихся на важнейшие элементы действия и методы их разучивания. Необходимо акцентировать внимание обучающегося на правильную подачу команды для исполнения действия, на умение находить и исправлять ошибки, рациональную дозировку нагрузки в процессе совершенствования действий.

Инструкторские занятия наиболее эффективны, когда боксеры имеют необходимое представление о методике обучения, а также правильно выработанные и прочно усвоенные технические навыки.

**Судейская практика** дает возможность боксерам получить квалификацию судьи по боксу. В возрасте 14-16 лет прошедшим специальную теоретическую и практическую подготовку при условии регулярного участия в судействе

спортивных мероприятий присваивается судейская квалификация «Юный судья».

Теоретическая подготовка по судейству осуществляется на специальных занятиях (семинарах). Судейскую практику обучающиеся получают при их непосредственном участии в качестве судей на спортивных мероприятиях различного ранга. Чтобы предупредить ошибочные решения, рядом с судьей-стажером в качестве консультанта должен находиться квалифицированный судья.

Судейская категория присваивается лицам по достижении 16 лет, проявившим знания и умения в судействе, активно и систематически участвовавшим в спортивных мероприятиях на судейских должностях на спортивных мероприятиях соответствующего ранга.

План инструкторской и судейской практики представлен в **таблице 6**.

**Таблица 6**

Уровни подготовки	Вид	Описание
Углубленный уровень	1. Инструкторская практика	Проведение разминки, знание терминологии бокса, показ технического элемента, умение видеть и исправлять ошибки, правильно давать дозировку для совершенствования технического действия.
	2. Судейская практика	Рекомендуется участие спортсменов в качестве секунданта у спортсмена-новичка, также при регулярном участии в судействе на соревнованиях для начинающих, таких, как «Открытый ринг» в возрасте от 14 до 16 лет может присваиваться категория юный судья.

## **2.8. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств**

Медицинское обеспечение физкультурно-спортивной направленности направлено на сохранение и укрепление здоровья, обеспечение спортивного долголетия лиц, проходящих спортивную подготовку, и осуществляется в соответствии приказом Министерства здравоохранения РФ от 23.10.2020 года № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных

мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)" и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях".

Систематический контроль за состоянием здоровья обучающихся включает в себя:

- предварительные (при определении допуска к мероприятиям) и периодические медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского обследования);
- этапные и текущие медицинские обследования;
- врачебно-педагогические наблюдения.

Средства восстановления подразделяются на три типа: педагогические, медико-биологические и психологические.

Факторы **педагогического** воздействия, обеспечивающие восстановление работоспособности:

- рациональное сочетание учебно-тренировочных средств разной направленности;
- правильное сочетание нагрузки и отдыха, как в учебно-тренировочном занятии, так и в целостном учебно-тренировочном процессе;
- выбор оптимальных интервалов и видов отдыха;
- полноценные разминки и заключительные части учебно-тренировочных занятий;
- использование методов физических упражнений, направленных на стимулирование восстановительных процессов (дыхательные упражнения, упражнения на расслабление и т.д.);
- повышение эмоционального фона учебно-тренировочных занятий;
- эффективная индивидуализация учебно-тренировочных воздействий и средств восстановления;
- соблюдение режима дня, предусматривающего определенное время для тренировок.

К **психологическим** средствам восстановления относятся: психорегулирующие тренировки, разнообразный досуг, создание положительного эмоционального фона во время отдыха, цветовые и музыкальные воздействия.

Наибольший эффект дает комплекс, а не отдельные восстановительные средства. При выборе восстановительных средств особое внимание необходимо уделять индивидуальной переносимости учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок.

План медицинских и применения восстановительных средств представлен в **таблице 7**.

**План медицинских, медико-биологических мероприятий  
и применения восстановительных средств**

Уровни подготовки	Мероприятия	Сроки проведения
<b>Базовый уровень</b>	Врачебно-педагогические наблюдения	В течение года
	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские осмотры	1 раз в 12 месяцев
	Этапные и текущие медицинские обследования	В течение года
	Применение медико-биологических средств	В течение года
	Применение педагогических средств	В течение года
	Применение психологических средств	В течение года
	Применение гигиенических средств	В течение года
<b>Углубленный уровень</b>	Врачебно-педагогические наблюдения	В течение года
	Предварительные медицинские осмотры	При определении допуска к мероприятиям
	Периодические медицинские осмотры (в том числе по углубленной программе медицинского обследования)	1 раза в 12 месяцев
	Этапные и текущие медицинские обследования	В течение года
	Применение медико-биологических средств	В течение года
	Применение педагогических средств	В течение года
	Применение психологических средств	В течение года
	Применение гигиенических средств	В течение года

### III. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ПРОХОЖДЕНИЯ ПРОГРАММЫ

По итогам освоения Программы применительно к уровням подготовки лицу, необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы.

*На базовом уровне подготовки:*

- изучить основы безопасного поведения при учебно-тренировочных занятиях;
- повысить уровень физической подготовленности;
- овладеть общими основами техники вида спорта «бокс»;
- получить общие знания об антидопинговых правилах;
- соблюдать антидопинговые правила;
- сформировать умения и навыки для участия обучающихся в соревновательной деятельности по виду спорта «бокс».

*На углубленном уровне подготовки:*

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «бокс» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
- изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;
- овладеть узкоспециализированными умениями и двигательными навыками техники вида спорта «бокс»;
- овладеть углубленными теоретическими знаниями о правилах вида спорта «бокс»;
- изучить антидопинговые правила;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях.

## IV. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Учреждение, обеспечивает соблюдение требований к реализации уровней подготовки.

К иным условиям реализации Программы относятся трудоемкость Программы (объем времени на ее реализацию) с обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп.

**4.1. Требования к материально-технической базе** предусматривают обеспечение (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры) наличия:

- тренировочного спортивного зала;
- тренажерного зала;
- раздевалок, душевых;
- медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н "Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)" и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях" (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238).

### 4.2. Кадровые условия реализации Программы

Штат спортивной школы укомплектован педагогическими работниками для реализации программы. Уровень квалификации лиц, осуществляющих уровни подготовки, соответствует требованиям, установленным нормативными документами:

- профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203);

- Единый квалификационный справочник должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054).

В целях непрерывности профессионального развития тренеры-

преподаватели каждые три года направляются на курсы повышения квалификации в сроки, установленные планом повышения квалификации в учреждении. Аттестация тренеров-преподавателей в целях установления квалификационной категории (по желанию) или соответствия занимаемой должности (обязательная) проводится 1 раз в 5 лет согласно приказу Министерства образования и науки Российской Федерации от 7 апреля 2014 г. № 276 «Об утверждении Порядка проведения аттестации педагогических работников организаций, осуществляющих образовательную деятельность».

#### **4.3. Перечень информационного обеспечения**

1. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «бокс» (приказ Министерства спорта Российской Федерации от 22 ноября 2022 года № 1055)
2. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ "О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями)
3. Приказ Минспорта России от 02.10.2012 № 267 "Об утверждении Общероссийских антидопинговых правил"
4. Всероссийский реестр видов спорта
5. Единая всероссийская спортивная классификация
6. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»
7. Бокс. Примерная программа спортивной подготовки для детско- юношеского спорта школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2012. - 72 с.
8. Психопедагогика спорта. - Горбунов Г.Д, М.: Физкультура и спорт, 1986.
9. Спортивная медицина: Дубровский В.И Учебник для вузов. - М.: Владос, 2002.
10. Бокс: Учебник для институтов физической культуры / Под общ. ред. И.П. Дегтярева. - М.: ФиС, 2011. - 287 с.
11. Допинг-контроль: что нужно знать каждому (Информационные материалы для спортсменов, тренеров, врачей сборных и клубных команд). - М.: Олимпия Пресс, 2012. - 40 с.
14. Бокс. Правила соревнований. - М.: Федерация бокса России, 2020 г.

#### **Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. <http://www.minsport.gov.ru/>- Министерство спорта Российской Федерации;
2. <http://www.rusada.ru/>- Российское антидопинговое агентство;
3. <https://www.wada-ama.org/>- Всемирное антидопинговое агентство;
4. <http://www.roc.ru/>- Олимпийский комитет России;
5. <http://www.olympic.org/>- Международный Олимпийский комитет;
6. <https://rusada.ru/education/for-children/> РУСАДА для детей.