Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 566

Невского района Санкт-Петербурга

РАССМОТРЕН И ПРИНЯТ

решением Педагогического совета

ГБОУ школы № 566 Невского района Санкт-Петербурга

Протокол от 31.08.2026 № 01

УТВЕРЖДЕН

И.о. директора

_____ Ю.Л.Мокшина

Приказ от 31.08.2026 № 292-ОД

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 3A92D8B9B822B025E50078BACE5690E8
Владелец: Мокшина Юлия Львовна
Действителен: с 21.07.2026 до 14.10.2027

Учебный план
дополнительной общеобразовательной программы
«Бокс для детей»
на 2026-2027 учебный год

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Вводное занятие. Правила поведения и техника безопасности на занятиях и соревнованиях. Форма одежды боксёра.	2	2	
2.	История возникновения и развития бокса.	2	2	
3.	Размеры площадок и требования к инвентарю.	2	1	1
4.	Школа бокса	12	2	10
5.	Первоначальные представления о тактике ведения боя.	10	2	8
6.	Основные положения правил соревнований по боксу.	10	2	8
7.	Общая физическая подготовка.	10	2	8
8.	Специальная физическая подготовка.	8	2	6
9.	Техническая подготовка.	8	2	6
10.	Тактическая подготовка.	4	0	4

11.	Итоговое занятие. Контрольные упражнения и соревнования	4		4
	ИТОГО	72	17	55