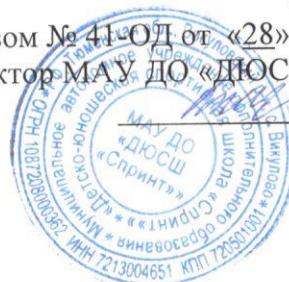


**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа «Спринт»»**

Принята
на заседании
педагогического совета
№ 7 от «28» июля 2023г

Утверждена
Приказом № 41-ОД от «28» июля 2023г.
Директор МАУ ДО «ДЮСШ «Спринт»

С.В. Роот



**Дополнительная общеразвивающая программа в
области физкультурной культуры и спорта
по хоккею**

Объем: 102

Срок реализации: 4 месяца

Возраст обучающихся: 6-18 лет

Место реализации: с. Викулово, ул.

Кузнецова, д.53

Разработчик программы:

тренер-преподаватель по хоккею
Малкоедова Наталья Анатольевна

с. Викулово, 2023 г.

Содержание

№	Наименование раздела	стр
1	Пояснительная записка	3
2	Учебный план	8
3	Содержание программы	9
4	Контрольные нормативы	12
5	Календарный план	15
6	Техника безопасности при проведении занятий	16
7	Рабочая программа, достигшего возраста 14 лет	17
8	Воспитательная работа	18
9	Материально техническое	21
10	Кадровое обеспечение	21
11	Формы контроля	21
12	Оценочный материал	22
	Список литературы	24

Подпись не

подпись

1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеразвивающая программа в области физической культуры и спорта по легкой атлетике МАУ ДО «ДЮСШ «Спринт»» для спортивно-оздоровительной группы составлена в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (изм. от 30.12.2021г.), Федеральным законом от 04.12.2007г. № 329 ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 9-3242, регламентирующими работу системы дополнительного образования, в соответствии с правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021г № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21. Программа служит документом для эффективного построения работы с детьми и для содействия успешному решению задач физического воспитания детей младшего школьного возраста. Программа разработана для спортивно-оздоровительной группы, по обучению детей хоккею и является основным документом учебно-тренировочной и воспитательной работы. Она представляет собой целостный комплекс воспитания, обучения и тренировки по хоккею

Данная программа является основным документом. Программа рассчитана на 16 недель непосредственной работы в условиях спортивной школы.

Актуальность данной программы в том, что система дополнительного образования детей, в силу своей уникальности, способна не только раскрыть личностный потенциал любого ребёнка, но и подготовить его к условиям жизни в высоко конкурентной среде, развить умения бороться за себя и реализовывать свои идеи. Поэтому ребенку очень важно движение, именно с детства формируется потребность к занятиям физкультурой и спортом, привычка здорового образа жизни. Выбор методов и средств воздействия на привития обучающимся потребности к двигательной активности, которая определяется заинтересованностью и сознательным участием его в физкультурно-спортивном процессе и состоит в удовлетворении потребностей детей в активных формах двигательной деятельности, обеспечивает физическое, психологическое и нравственное оздоровление воспитанников, позволяет эффективно проводить спортивно-оздоровительную работу с юными хоккеистами и осуществлять отбор наиболее перспективных и спортивно одаренных на следующие этапы спортивной подготовки в целях подготовки спортивного резерва по хоккею

Педагогическая целесообразность.

Педагогическая целесообразность образовательной программы «Хоккей» определена тем, что ориентирует обучающихся на приобщение каждого к физической культуре и спорту, применение полученных знаний, умений и навыков, необходимых для освоения программ подготовки по хоккею, в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта, самоопределения и профориентации.

Направленность программы: физкультурно-спортивная (направленная на развитие основных двигательных качеств и развитие морфофункциональных способностей организма).

Особенности реализации программы: Дополнительная общеразвивающая программа учитывает специфику дополнительного образования, проста в процессе обучения. Вид спорта хоккей доступна и популярна среди населения, также представляет собой эффективное средство физического воспитания. Программа по педагогическим целям — практико-ориентированная, развивающая физические способности,

познавательная. Программа создает условия развития ребенка, открывает возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества с тренером и сверстниками.

Адресат дополнительной образовательно-образовательной программы: программа в области физической культуры и спорта по хоккею охватывает **спортивно-оздоровительный этап (СО) спортивной подготовки**, регламентирует работу с детьми и подростками **от 6 до 18 лет** в спортивно-оздоровительных группах (СОГ).

Прием в ДЮСШ для обучения осуществляется по письменному заявлению поступающих, достигших 14-летнего возраста или заявлению законных представителей поступающих, а также при наличии медицинской справки о состоянии здоровья поступающих.

Язык обучения: русский.

Психолого-педагогическая характеристика.

Дополнительная общеразвивающая программа по хоккею разработана для спортивно-оздоровительной группы в возрасте 6-18 лет. Срок её реализации 4 месяца. В группах осуществляется физкультурно-оздоровительная работа, направленная на всестороннюю физическую подготовку и освоение обучающимися выбранного вида спорта. Спортивно-оздоровительная группа комплектуется из всех желающих заниматься этим видом спорта учащихся, имеющих разрешение врача и на основании заявления родителей. Минимальная наполняемость учебной группы на спортивно - оздоровительном этапе подготовки: 10 - 18 человек, комплектуются разновозрастные группы.

Уровень: стартовый

Объем: программа рассчитана на 4 месяца с 1 сентября 2023 г. по 31 декабря 2023 г. Группа СОГ-1- 102 час, Занятия проводятся в СОГ -1- 6 часов в неделю и, в соответствии с учебным планом и календарным учебным графиком. Основными формами учебно-тренировочного процесса являются групповые занятия.

Сроки освоения программы: 4 месяца.

Форма обучения: очная с применением дистанционных услуг.

Режим занятий:

Режим занятий обучающихся регламентируется календарным учебным графиком, расписанием учебных занятий, приказами директора.

Занятия проводятся для группы СОГ 1- 3 раза в неделю по 2 часа , что равно 90 мин академического времени.

Во время дистанционной работы, 3 раза в неделю в мессенджерах отправляются задания для самостоятельной работы по ОФП и имитационные упражнения техники волейбола, а также записи тренировок (с расчетом 30 мин. – 1 занятие). Для обратной связи с обучающимися, предлагается высылать свои фото, видеорефераты в вк и группу вайбер.

Цель программы:

Увеличение двигательной активности детей школьного возраста, формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой, к здоровому образу жизни, формирование знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта у занимающихся хоккеем.

Задачи программы:

Обучающие:

1. Обучить навыкам и умениям выполнения различных физических упражнений;
2. Обучить основным и специальным элементам игры в хоккей; овладеть знаниями терминологии, стратегии и тактики игры.
3. Обучить групповому взаимодействию в различных его формах посредством подготовительных игр и соревнований;
4. Обучить основам знаний и умений по профилактике заболеваний и ведению здорового образа жизни;

Воспитательные:

1. Воспитывать у обучающихся культуру поведения в коллективе;
2. Воспитывать нравственные качества у обучающихся;
3. Способствовать социализации и социальной адаптации обучающихся в обществе.

Развивающие:

1. Выявить особенности физического развития обучающихся;
2. Развивать индивидуальные способности и особенности обучающихся
3. Развивать мотивацию обучающегося к занятиям физической культурой и хоккеем;
4. Развивать физические качества выносливость, быстроту, силу, 5 координацию (ловкость), гибкость;
5. Развивать у обучающихся стремление и желание к самовыражению, через игру в хоккей.

Планируемый результат освоения программы:

Личностными результатами

Личностные результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы:

1. Адаптация ребенка к условиям детско-взрослой общности;
2. Удовлетворенность ребенком своей деятельностью в объединении дополнительного образования, самореализация;
3. Повышение творческой активности ребенка, проявление инициативы и любознательности;
4. Формирование ценностных ориентаций;
5. Формирование мотивов к конструктивному взаимодействию и сотрудничеству со сверстниками и педагогами;
6. Навыки в изложении своих мыслей, взглядов;
7. Навыки конструктивного взаимодействия в конфликтных ситуациях, толерантное отношение;
8. Развитие жизненных, социальных компетенций, таких как: автономность (способность делать выбор и контролировать личную и общественную жизнь); ответственность (способность принимать ответственность за свои действия и их последствия); мировоззрение (следование социально значимым ценностям); социальный интерес (способность интересоваться другими и принимать участие в их жизни; готовность к сотрудничеству и помощи даже при неблагоприятных и затруднительных обстоятельствах; склонность человека давать другим больше, чем требовать); патриотизм и гражданская позиция (проявление гражданско-патриотических чувств); культура целеполагания (умение ставить цели и их достигать, не ущемляя прав и свобод окружающих людей); умение "презентовать" себя.

Метапредметные результаты

1. Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с тренером-преподавателем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

7. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности; владение устной речью

Предметные результаты

Характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения «хоккея» Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий хоккеем.

— Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

— знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

В области нравственной культуры:

— способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных; занятий
— способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

— способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;

В области эстетической культуры:

— способность организовывать самостоятельные занятия

В области коммуникативной культуры:

— способность интересно и доступно излагать знания, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

— способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументированно вести диалог по основам их организации и проведения;

— способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, владеть информационными жестами судьи.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;

— способность составлять планы занятий по хоккею с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

— способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

— умение использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО);

— владение современными технологиями укрепления и сохранения здоровья,

Основные направления реализации программы:

- создание условий развития ребенка, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития, развития инициативы и творческих способностей на основе сотрудничества со сверстниками, соответствующим возрасту видам деятельности;
- на создание развивающей образовательной среды, которая представляет собой систему условий социализации и индивидуализации детей.
- на индивидуальные потребности ребенка, связанные с его жизненной ситуацией и состоянием здоровья, определяющие особые условия получения им образования, индивидуальные потребности отдельных категорий детей.
- на формирование и поддержку положительной самооценки обучающихся, уверенности в собственных возможностях и способностях

2. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
Группа СОГ 1					
1.	Теоретическая подготовка	6	6	-	Беседа, рассказ.
2.	Общая физическая подготовка	32	-	32	Контроль выполнения задания. Качество и уровень выполнения. Зачет
3.	Специальная физическая подготовка	38	-	38	Показ, контроль. Зачет
4.	Технико-тактическая подготовка	16	-	16	Контроль качества выполнения технических элементов, зачет.
5.	Другие виды спорта	5	-	5	Зачет
6.	Участие в соревнованиях	3	-	3	Зачет
7.	Контрольные нормативы	2	-	2	Сдача контрольных нормативов
Итого:		102			

Наполняемость учебных групп и объем учебно-тренировочной нагрузки.

Название спортивного этапа	СОГ 1
Минимальный количественный состав занимающихся	10

3. Содержание программы

3.1. Теоретическая подготовка

Теоретический материал изучается во время бесед, специальных лекций, просмотр спортивных кинофильмов, с использованием наглядных пособий, а также путем самообразования - изучения по заданию тренера специальной литературы.

1. **Личная гигиена.** Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, Гигиенические требования к одежде и обуви. Поддержание чистоты, в спортивных сооружениях.

2. **Режим для школьников, занимающихся спортом.** Рекомендации по построению режима дня. Рациональная последовательность выполнения домашних заданий по предметам с учетом их трудности и режима дня.

3. **Контроль пульса во время тренировочного занятия.** Частота сердечных сокращений - интегральный показатель функционального состояния организма спортсмена. Методы подсчета частоты пульса.

4. Из истории развития хоккея с шайбой в мире и в России. Влияние спорта и хоккея с шайбой на детский организм. Элементарные сведения о строении детского организма

5. Терминология первичных элементов техники хоккея

6. **Здоровый образ жизни. Питание.**

Понятие – здоровье. Сохранение и укрепление здоровья. Оптимальный уровень двигательной активности. Влияние вредных привычек на организм человека. Правильное и раздельное питание.

Овладение курсом определяется методом тестового задания. Тестовое задание для контроля уровня знаний по учебному курсу «Теоретическая подготовка»

3.2. Общая физическая подготовка.

Теория. Понятие ОФП. Функции ОФП. Правила выполнения упражнений. -

Строевые и порядковые упражнения. Построение группы: шеренга, колонна. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Начало движения, остановка. Изменение скорости движения.

-Общеразвивающие упражнения (ОРУ). Проводятся на месте и в движении, с предметами и без предметов, индивидуально и в парах. Включаются в подготовительную часть тренировочного занятия и используются для разминки

-Упражнения для развития физических качеств: силы, быстроты, скоростно-силовых качеств, координации, гибкости, общей выносливости. Для развития физических качеств следует использовать игровые и соревновательные методы, позволяющие развивать игровое мышление, «чувство команды», соперничество, выявлять детей, способных в дальнейшем воплотить свои игровые способности в хоккее.

- Общая физическая подготовка на ледовой площадке. Для развития общей физической подготовки задания выполняются в основном в движении для детей 6-18 лет в форме ОРУ. Для развития общей выносливости применяются подвижные игры. Для развития координации и быстроты эстафеты с различными предметами, прыжки через препятствия, старты из различных исходных положений.

Упражнения для развития быстроты

- старты с места и в движении, по зрительному и звуковому сигналу и бег на отрезках от 15 до 30 метров;

- пробегание отрезков 30 метров схода, с максимальной скоростью и частотой шагов на время;

- бег по наклонной дорожке. Игры и эстафеты с бегом и прыжками с установкой на быстроту действий;

- игра в настольный теннис;

- бег на короткие дистанции (20-100 м) с возможно максимальной скоростью;

- бег с горы;

- выполнение простых общеразвивающих упражнений с возможно максимальной скоростью.

Упражнения для развития силы.

- элементы вольной борьбы;

- упражнения с набивными мячами;

- преодоление сопротивления партнера в статических и динамических режимах;

- висы, подтягивание в висе;

- приседания на одной и двух ногах;
 - упражнения из других видов спорта: регби, борьба, гребля, езда на велосипеде.
- Одновременно с воспитанием силы необходимо вырабатывать у юных спортсменов способность расслаблять мышцы после их напряжения.

Силовые упражнения нужно дополнять упражнениями, активизирующими дыхание и кровообращение.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.

- прыжки в высоту, длину;
- многоскоки, прыжки в глубину;
- бег вверх по лестнице;
- общеразвивающие упражнения с малыми отягощениями, выполняемые в быстром темпе;
- прыжки через скамейку или барьер;
- отжимание из упора лежа в высоком темпе;
- метания различных снарядов (мяча);
- упражнения со скакалками.

Упражнения для развития общей выносливости.

- чередование ходьбы и бега от 100 до 300 метров;
- кроссы от 1 до 2 километров;
- туристические походы;
- спортивные игры (баскетбол, футбол);
- бег на лыжах от 1 до 2 километров.

Упражнения для развития координационных качеств.

- акробатические упражнения: кувырки вперед и назад, в стороны, перевороты, кульбиты, стойки на голове и руках;
- упражнения в равновесии на гимнастической скамейке, бревне;
- жонглирование футбольного мяча ногами, головой;
- выполнение относительно координационно-сложных упражнений с разной направленностью и частотой движения рук и ног;
- Подвижные игры и игровые упражнения, в которых игроку приходится быстро перестраиваться из-за внезапно меняющихся игровых ситуаций.

Упражнения для развития гибкости.

- общеразвивающие упражнения с большой амплитудой движения: отведение рук, ног, наклоны, прогибы, повороты, выкруты до небольших болевых ощущений.

Эти упражнения можно выполнять с небольшими отягощениями, в виде набивных мячей, гимнастической палки, гантельки и др. Для повышения эффективности развития гибкости полезно выполнять упражнения с помощью партнера, который помогает увеличить амплитуду движения, уменьшить или увеличить суставные углы.

3.3. Специальная физическая подготовка

Теория. Понятие СФП. Функции СФП. Правила выполнения упражнений.

Практика. **Вне ледовой площадки** для спортивно – оздоровительных групп применяются в основном:

- имитация бега на коньках (для укрепления мышц ног, задействованных в беге на коньках),
- имитация ведения шайбы и ведение шайбы на синтетическом льду (для укрепления мышц плечевого пояса и рук),
- стойка хоккеиста,
- имитация катания перебежкой,
- статические и динамические упражнения с клюшкой,
- имитация бега на коньках спиной вперед.
- Старты с места с отталкивание внутренней частью стопы.

- Остановки после бега «плугом» и «полуплугом» (имитация торможения). - Быстрый подъем с коленей в основную стойку хоккеиста.
- Переходы от бега спиной вперед к бегу лицом вперед.
- Упражнение 1:1, хоккеист, в движении, стремится оббежать партнера, располагающегося в коридоре шириной 3м. Задача обороняющегося не пропустить партнера.
- Различные подвижные игры с элементами единоборств («петушинный бой» с прыжками на одной ноге и толчками плечом). Специальная физическая подготовка на ледовой площадке.

Специфика тренировки спортивно-оздоровительных групп на льду носит в основном обучающий характер, поэтому введение специальных физических упражнений, без овладения техникой перемещения на коньках нежелательно. Исключения составляют упражнения на ловкость (падения и подъем со льда), координацию (упражнения на равновесие).

- Специальная физическая подготовка:
 - упражнения на координацию движений;
 - упражнение на развитие вестибулярного равновесия;
 - на развитие и укрепление связок голеностопного и коленного сустава; - упражнения на развитие гибкости;
 - ледовая подготовка;
 - спортивные игры (футбол); - подвижные игры (перестрелка, "воробьи и вороны" и иные);
 - спортивные эстафеты.
 - Подвижные игры: - «чай-чай-выручай» - «два медведя» - «совушка» - «третий лишний» - «два мороза» - «кошки, мышки» - «перестрелка»
- Игровые общеразвивающие упражнения для детей Дыхательные упражнения надо включать в комплексы общеразвивающих упражнений (по необходимости) для восстановления организма и дыхания. Систематически фиксировать внимание на основную стойку - отведение крестцовой части позвоночника назад, положение пяток слегка внутрь, а положение носков в сторону от себя - при любых упражнениях, чтобы устранить нарушение опорно-двигательного аппарата. Все упражнения проводятся в игровой форме (без счета). Комплекс упражнений даны в Приложении № 2.

3.4. Техничко-тактическая подготовка

Теория. Основная задача – создание представления у обучающихся об изучаемом техническом приеме и овладению его структурой. Овладение основой техники приема осуществляется с помощью метода упражнений, путем многократного выполнения отдельных фаз и приема в целом в упрощенных условиях. При обучении техническим приемам придерживаются оптимального количества повторений упражнений и соответствующих интервалов отдыха, занятия проводятся часто, но с небольшой нагрузкой

. Практика. Методика обучения технике передвижения на коньках предусматривает использование подготовительных и подводящих упражнений без коньков вне льда, комплекс специальных упражнений на льду.

На этапе обучения необходимо освоить следующие элементы техники передвижения на коньках и целесообразно это сделать в следующей последовательности:

- основная стойка (посадка) хоккеиста;
- скольжение на двух коньках, не отрывая их ото льда;
- скольжение на двух после толчка одной ногой (правой, левой);
- скольжение на одной после толчка другой ногой (правой, левой);
- бег широким скользящим шагом;
- скольжение по дуге (поворот) не отрывая коньков ото льда;
- скольжение по дуге (поворот) толчком одной ноги (правой, левой);
- скольжение по дуге (поворот) на правой(левой) ноге на внутреннем (внешнем) ребре лезвия;

- бег с изменением направления (переступание);
- торможение одной ногой без поворота туловища «полуплугом»;
- торможение двумя ногами без поворота туловища «плугом»;
- прыжок толчком двух ног, прыжок толчком одной ноги;
- торможение с поворотом туловища на 90° на параллельных коньках правым(левым) боком;
- бег коротким ударным шагом;
- старты;
- скольжение спиной вперед по прямой, не отрывая коньков ото льда;
- поворот из положения «лицом вперед» в положение «спиной вперед»;
- поворот из положения «спиной вперед» в положение «лицом вперед»;
- повороты по дуге влево и вправо, не отрывая коньков ото льда;
- повороты по дуге толчками одной (внешней) ноги (переступанием);
- повороты по дуге переступанием двух ног;
- повороты влево и вправо скрестными шагами;
- повороты в движении на 180° и 360°;
- бег спиной вперед по прямой с попеременным толчком каждой ноги;
- торможение двумя ногами в положении «спиной вперед» без поворота туловища «плугом»;
- бег спиной вперед по дуге переступанием в «удобную» («неудобную») сторону;
- торможение одной ногой правым (левым) боком с поворотом на 90°;
- торможение с «оборотом корпуса на 90° прыжком обеими ногами;
- выпады, глубокие приседания на одной и двух ногах;
- падения на колени в движении с последующим быстрым вставанием и ускорениями в заданном направлении;
- падение на грудь, бок с последующим быстрым вставанием и бегом в заданном направлении;

Приемы техники владения клюшкой и шайбой:

- основная стойка хоккеиста;
- владение клюшкой: основные способы держания клюшки (хват): обычный, широкий, узкий;
- ведение шайбы на месте;
- широкое ведение шайбы в движении с переключением крюка клюшки через шайбу;
- ведение шайбы не отрывая крюка клюшки от шайбы;
- короткое ведение шайбы с переключением крюка клюшки;
- ведение шайбы в движении спиной вперед;
- обводка соперника на месте и в движении;
- длинная обводка;
- короткая обводка;
- обводка с применением обманных действий – финтов;
- финт клюшкой;
- финт с изменением скорости движения;
- удар шайбы с длинным замахом;
- удар шайбы с коротким замахом (щелчок);
- броски шайбы с неудобной стороны;
- прием шайбы с одновременной ее подработкой к последующим действиям;
- отбор шайбы клюшкой способом подбивания клюшки соперника;
- отбор шайбы с помощью силовых приемов туловищем. Остановка и толчок соперника плечом;
- станковка и толчок соперника грудью;
- отбор шайбы способом остановки, прижимания соперника к борту и овладения шайбой;

Техническая подготовка. Техника игры вратаря

- обучение основной стойке вратаря;
- обучение низкой и высокой стойке вратаря и переходу от одного вида стойки к другому;
- передвижения на параллельных коньках (вправо, влево);
- Т-образное скольжение (вправо, влево);
- передвижение вперед выпадами;
- торможение на параллельных коньках;
- передвижения короткими шагами;
- повороты в движении на 180°, 360° в основной стойке вратаря;
- бег спиной вперед, лицом вперед не отрывая коньков ото льда и с переступаниями;

Владение клюшкой и шайбой:

Ловля шайбы

- ловля шайбы ловушкой стоя на месте;
- ловля шайбы ловушкой с одновременным движением в сторону (вправо, влево) Т-образным скольжением;
- ловля шайбы ловушкой с падением (вправо, влево) на одно и на два колена;

Отбивание шайбы

- отбивание шайбы блином стоя на месте;
- отбивание шайбы клюшкой (вправо, влево);
- отбивание шайбы клюшкой (вправо, влево) с падением на одно и два колена;

Прижимания шайбы

- прижимания шайбы туловищем и ловушкой;
- выбивание шайбы клюшкой, выбивание клюшкой в падении;
- передача шайбы клюшкой по льду одной рукой, двумя руками;
- бросок шайбы на дальность и точность;
- передача шайбы подкидкой;

Тактическая подготовка

Не менее важной составляющей системы подготовки юных хоккеистов является тактическая подготовка. Тактическое мышление хоккеистов необходимо развивать постоянно в процессе каждого учебно-тренировочного занятия. Игровые упражнения, а также игры полным и неполным составами являются основой тактической подготовки хоккеистов.

Приемы тактики обороны

Приемы индивидуальных тактических действий:

- дистанционная опека;
- отбор шайбы перехватом;

Приемы групповых тактических действий

Приемы командных тактических действий

- малоактивная оборонительная система 1-2-2;
- малоактивная оборонительная система 1-4;
- малоактивная оборонительная система 0-5;
- принцип зонной обороны в зоне защиты;
- принцип комбинированной обороны в зоне защиты;

Приемы тактики нападения

Индивидуальные атакующие действия

- атакующие действия без шайбы;

Групповые атакующие действия

- передачи шайбы – короткие, средние, длинные;

- тактическая комбинация – «стенка»;
- тактическая комбинация – «оставление шайбы»;
- тактические действия при вбрасывании судьей шайбы: в зоне нападения; в средней зоне; в зоне защиты;

Командные атакующие тактические действия

- организация атаки и контратаки из зоны защиты;
- организованный выход из зоны защиты через крайних нападающих;
- выход из зоны защиты через центральных нападающих;
- выход из зоны через защитников;
- позиционная атака с выходом на завершающий бросок крайних нападающих;
- позиционное нападение с завершающим броском в ворота защитников;
- позиционная атака с выходом на завершающий бросок центрального нападающего;

- игра в не равночисленных составах - 5:4, 5:3;

Тактика игры вратаря

Выбор позиции в воротах

- выбор позиции (вне площадки ворот);
- прижимание шайбы;
- перехват и остановка шайбы;
- выбрасывание шайбы;
- взаимодействие с игроками защиты при обороне.

3.5 Другие виды спорта

Теория. Понятие о видах спорта (гимнастика, футбол, русская лапта, баскетбол) и подвижных играх.

Практика. Направленная на развитие общей выносливости. Длительное бега в большом объеме с учетом времени. Гимнастические упражнения: подразделяются на три группы: первая – для мышц рук и плечевого пояса, вторая – для мышц туловища; третья – для мышц ног и таза. Упражнения выполняются без предметов и с предметами (набивные мячи, гантели, резиновые амортизаторы, скакалки); на гимнастических снарядах (гимнастическая стенка и скамейка, перекладина). Спортивные игры: обучение основных приемов техники игры в нападении, защите. Подвижные игры «Эстафета с прыжками», «Встречная эстафета с мячом». Упражнения для овладения навыками быстрых ответных действий. По сигналу (преимущественно зрительному) бег на 5,10, 15 м из исходных различных исходных положений к стартовой линии.

3.6 Участие в спортивных соревнованиях

Теория. Правила соревнований по хоккею Планирование, организация и проведение соревнований по хоккею. Виды соревнований. Система проведения соревнований.

Судейство соревнований по хоккею.

Практика. Участие во внутри школьных, муниципальных и региональных соревнованиях согласно календарного плана.

4.1 Контрольные нормативы по ОФП

№	Контрольные нормативы	Уровень подготовленности Девочки / мальчики (6-8 лет)					
		высокий		средний		низкий	
1	Бег 30 м (сек.)	6,2	6,0	6,8	6,7	7,1	6,9
2	Прыжок в длину с места (см)	135	140	115	120	105	110
3	Метание набивного мяча (См)	295	235	195	245	220	200

4	Бег 1000 м (мин)	6.00	5.20	7.05	6.40	7.35	7.10
5	Сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу(дев.) Подтягивания на перекладине (мал.)	11/17	4	6/10	3	4/7	2

№	Контрольные нормативы	Уровень подготовленности Девочки / мальчики (9-10 лет)					
		высокий		средний		низкий	
1	Бег 30 м (сек.)	5,6	5,4	6,2	6,0	6,4	6,2
2	Прыжок в длину с места (см)	150	160	130	140	120	130
3	Метание набивного мяча (См)	295	235	195	245	220	200
4	Бег 1000 м (мин)	5.10	4.50	6.20	5.50	6.30	6.10
5	Сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу(дев.) Подтягивания на перекладине (мал.)	13/22	5	7/13	3	5/10	2

№	Контрольные нормативы	Уровень подготовленности Девочки / мальчики (11-12лет)					
		высокий		средний		низкий	
1	Бег 30 м (сек.)	5,3	5,1	5,8	5,5	6,0	5,7
2	Прыжок в длину с места (см)	165	180	145	160	135	150
3	Метание набивного мяча	300	250	210	250	235	220
4	Бег 1000 м (мин)	7.14	6.50	8.29	8.05	8.55	8.20
5	Сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу(дев.) Подтягивания на перекладине (мал.)	14/28	7	9/18	4	7/13	2

№	Контрольные нормативы	Уровень подготовленности Девочки / мальчики (13-15 лет)					
		высокий		средний		низкий	
1	Бег 30 м (сек.)	5,5	5,1	5,8	5,5	6,0	5,7
2	Прыжок в длину с места (см)	170	183	150	165	140	155
3	Метание набивного мяча	380	310	270	350	275	230
4	Бег 1000 м (мин)	11.40	10.30	12.10	11.30	13.50	13.10
5	Сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу(дев.) Подтягивания на перекладине	15/26	9	10/24	6	8/20	4

(мал.)							
--------	--	--	--	--	--	--	--

№	Контрольные нормативы	Уровень подготовленности Девочки / мальчики (16-18 лет)					
		высокий		средний		низкий	
1	Бег 30 м (сек.)	5,4	5,0	5,7	5,4	6,0	5,7
2	Прыжок в длину с места (см)	175	185	155	170	145	160
3	Метание набивного мяча	695	530	430	545	445	385
4	Бег 2000 м (мин)	11.20	10.00	12.00	11.20	13.40	13.00
5	Сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу(дев.) Подтягивания на перекладине (мал.)	16/30	10	11/27	7	9/22	5

Бег 30 м с высокого старта (для оценки уровня развития скоростных и координационных способностей)

Прыжок в длину с места (для оценки взрывной силы).

Бег 1000-2000 м (для оценки выносливости)

Тестовые задания для оценки уровня технико-тактической подготовки.

№	Упражнение	6-8 лет	9-10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет	17 лет	18 лет
1.	Техника передвижения на коньках	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет
2.	Техника выполнения поворотов				зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет
3.	Торможение на параллельных коньках	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет
4.	Бег спиной вперед, лицом вперед не отрывая коньков ото льда и с + переступанием	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет	зачет

1. Техника передвижения на коньках
2. Техника выполнения поворотов
3. Торможение на параллельных коньках
4. Бег спиной вперед, лицом вперед не отрывая коньков ото льда и с + переступанием

Вопросы по теоретической подготовке:

1. История хоккея в СССР и России
2. Размеры корта и ледовой площадки.

3. Типы соревнований.
4. Какие физические качества помогает в хоккее
5. Режим дня учащегося занимающегося спортом.
6. Вредные привычки и их профилактика.

4.2.Контрольные нормативы. Специальная физическая подготовка

№ п/п	Виды упражнений	СО				
		Баллы				
		5	4	3	2	1
1.	Бег на 30 м с в/с, сек.	5,9	6,1	6,3	6,5	6,6
2	Поднимание туловища за 45 с, (кол-во раз)	19	16	14	12	10
3	Сгибание рук в упоре лёжа за 30 с,(кол-во раз)	15	12	10	8	7
4	Прыжок в длину с места (см),	130	125	120	115	110
5	Бег на коньках 36 м лицом вперед, (сек)	7,6	7,8	8,0	8,2	8,4
6	Бег на коньках 36 м спиной вперед, (сек)	10,4	10,6	10,8	11,0	11,2
7	Челночный бег на коньках 9+18+9 (сек)	10,8	11,4	11,9	12,2	12,6

5.Календарный учебный график программы:

Группа	Сроки реализации	Количество учебных недель	Всего академических часов в период освоения	Количество часов в неделю	Кол-во занятий в неделю, продолжительность одного занятия (мин)
СОГ-1	4 месяца	16	102	6	3 раза в неделю по 2 часа

6.Техника безопасности при проведении занятий

В ходе реализации Программы необходимо руководствоваться инструкциями по охране труда при проведении тренировочных занятий по хоккею, легкой атлетике, спортивным играм, лыжным гонкам, гимнастике, футболу, при проведении спортивных соревнований.

Требования безопасности перед началом занятий:

- Внимательно прослушать инструктаж по правилам безопасности;
- Провести физическую разминку на земле;
- Надеть спортивную форму (для занятий на льду);
- Провести разминку на льду;
- Приступить к основной части тренировки.

Требования безопасности во время занятий:

- Заниматься строго по плану тренера, внимательно слушать тренера и выполнять его указания;
- Во время занятий не должны присутствовать посторонние лица;
- При столкновениях и падениях игрок должен уметь применять приёмы само страховки;
- Начинать занятия, делать остановки и заканчивать занятия строго по команде тренера;
- Строго соблюдать дисциплину;
- Соблюдать требования безопасности в аварийных ситуациях при наличии соответствующих уведомлений и условий;
- При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру;
- При получении травмы немедленно сообщить о случившемся тренеру;

– Все занимающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать первую доврачебную помощь.

Требования безопасности по окончании занятий:

- Убрать спортивный инвентарь с места занятий в места для его хранения;
- Снять спортивную форму и спортивную обувь;
- Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом;

7. Рабочая программа по хоккею

Программа разработана для спортивно-оздоровительной группы, по обучению детей хоккею и является основным документом учебно-тренировочной и воспитательной работы. Она представляет собой целостный комплекс воспитания, обучения и тренировки по хоккею.

Данная программа является основным документом. Программа рассчитана на 16 недель непосредственной работы в условиях спортивной школы.

Целью программы:

Увеличение двигательной активности детей школьного возраста, формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой, к здоровому образу жизни, формирование знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта у занимающихся хоккеем.

Задачи программы:

Обучающие:

5. Обучить навыкам и умениям выполнения различных физических упражнений;
6. Обучить основным и специальным элементам игры в хоккей; овладевать знаниями терминологии, стратегии и тактики игры.
7. Обучить групповому взаимодействию в различных его формах посредством подготовительных игр и соревнований;
8. Обучить основам знаний и умений по профилактике заболеваний и ведению здорового образа жизни;

Воспитательные:

4. Воспитывать у обучающихся культуру поведения в коллективе;
5. Воспитывать нравственные качества у обучающихся;
6. Способствовать социализации и социальной адаптации обучающихся в обществе.

Развивающие:

6. Выявить особенности физического развития обучающихся;
7. Развивать индивидуальные способности и особенности обучающихся
8. Развивать мотивацию обучающегося к занятиям физической культурой и хоккеем;
9. Развивать физические качества выносливость, быстроту, силу, 5 координацию (ловкость), гибкость;
10. Развивать у обучающихся стремление и желание к самовыражению, через игру в хоккей;

Календарно- тематическое планирование занятий (Приложение 1).

8. Воспитательная работа.

Согласно основным понятиям Федерального закона № 273-ФЗ «Об образовании в РФ» (редакция, действующая с 1 сентября 2020 года) воспитание – деятельность, направленная на развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации обучающихся на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам

Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

Нормативной основой воспитательной деятельности в МАУ ДО «ДЮСШ «Спринт»» являются:- Конвенция ООН «О правах ребенка»;

- Федеральный закон от 24 июля 1998 г. № 124-ФЗ (с изменениями и дополнениями) «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ»;

- Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р;

- «Концепция общенациональной системы выявления и развития молодых талантов» (утв. Президентом РФ 03.04.2012);

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29 мая 2015 года № 996-р;

- Федеральный закон от 24 июня 1999 №120 ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;

- Федеральный закон от 29 декабря 2010 г. N 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию»;

- Закон Тюменской области от 06.10.2000 N 205 «О системе профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних и защиты их прав в Тюменской области»;

- Закон Тюменской области от 13.01.01 №244 «О профилактике наркомании и токсикомании в Тюменской области»;

- Закон Тюменской области от 3.05.2002 №15 «О дополнительных мерах по защите нравственности и здоровья детей в Тюменской области»;

- Закон ТО от 7.05.1998 № 24 «О защите прав ребенка»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Росособнадзора от 29.05.2014 N 785 (ред. От 27.11.2017) «Об утверждении требований к структуре официального сайта образовательной организации в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и формату представления на нем информации».

- Национальный проект «Образование»Федеральный проект «Успех каждого ребенка»;

Федеральный проект «Социальная активность»;

Воспитательная работа по дополнительной общеразвивающей программе в области физической культуры и спорта по легкой атлетике проводится в соответствии с планом рабочей программы воспитательной работы ДЮСШ «Спринт»» и включает в себя три сквозных подпрограмм:

1. Программа духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания, возрождения семейных ценностей, формирования общей культуры обучающихся, профилактики экстремизма и радикализма в молодежной среде.
2. Программа социализации, самоопределения и профессиональной ориентации.
3. Программа формирования культуры здорового и безопасного образа жизни и комплексной профилактической работы (профилактики употребления ПАВ, безнадзорности, правонарушений несовершеннолетних и детского дорожно-транспортного травматизма).

Цель: Создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор

жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

Задачи:

1. – способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;
2. – развивать систему взаимоотношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
3. – способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
4. – формирование и пропаганда здорового образа жизни.
5. Работа с родителями
6. – организация системы индивидуальной и коллективной работы с родителями (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации).
7. – содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение в жизнедеятельность творческого объединения (организация и проведение открытых занятий для родителей).

Планируемые результаты освоения программы и оценка их достижения

В программе воспитания предусмотрены определенные результаты по каждому из направлений. Планируемые результаты выступают ориентирами для тренеров-преподавателей в их воспитательной деятельности.

Программа духовно-нравственного, гражданско-патриотического воспитания, возрождения семейных ценностей, формирования общей культуры обучающихся, профилактики экстремизма и радикализма в молодежной среде:

- ценностное отношение к России, своему народу, краю, семье;
- желание продолжать героические традиции многонационального русского народа;
- уважительное отношение к представителям всех национальностей;
- знание государственных праздников, их значения в истории страны;
- умение сочетать личные и общественные интересы, понимание успешности личности через сопряженность личных интересов и точек роста своего края, региона;
- социальная активность, участие в деятельности общественных организаций и социально-значимых проектах;
- понимание значения религиозных идеалов в жизни человека и общества, роли традиционных религий в истории и культуре нашей страны;
- понимание нравственной сущности правил культуры поведения, общения и речи, умение выполнять их независимо от внешнего контроля;
- понимание необходимости самодисциплины;
- понимание и сознательное принятие нравственных норм взаимоотношений в семье, осознание значения семьи в жизни человека.

Социализация, самоопределение и профессиональная ориентация:

- позитивное принятие себя как личности; сознательное понимание своей принадлежности к социальным общностям;
- позитивный опыт практической деятельности в составе различных социокультурных групп конструктивной общественной направленности;
- умение моделировать социальные отношения, прогнозировать развитие социальной ситуации;
- умение дифференцировать, принимать или не принимать информацию, поступающую из социальной среды;

- самоопределение в области своих познавательных интересов;
- сформированность первоначальных профессиональных намерений и интересов;
- позитивный опыт участия в общественно значимых делах.

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, профилактики употребления ПАВ, безнадзорности, правонарушений несовершеннолетних, детского дорожно-транспортного травматизма:

- ценностное отношение к жизни во всех ее проявлениях, качеству окружающей среды, своему здоровью и здоровью окружающих людей;
- осознание ценности экологически целесообразного, здорового, законопослушного и безопасного образа жизни;
- понимание единства и взаимосвязи различных видов здоровья человека: физического, психического, социально-психологического, духовного и др.;
- формирование личного опыта здоровьесберегающей деятельности и безопасного поведения;
- умение противостоять негативным факторам, способствующим ухудшению здоровья и нарушению безопасности;
- соблюдение установленных правил личной гигиены, техники безопасности, безопасности на дороге.

В процессе формирования личности воспитание, как целенаправленное воздействие на человека, играет определяющую роль, так как именно посредством его в сознании и поведении детей формируются основные социальные, нравственные и культурные ценности, которыми руководствуется общество в своей жизнедеятельности.

Ценностные ориентиры воспитательной работы программы: любовь к России, многообразие и уважение культур и народов, социальная ответственность и компетентность, нравственный выбор, милосердие, честь, достоинство, культура семейных отношений, семейные традиции, семейные ценности.

Календарный план

Месяц	Духовно-нравственное, гражданско-патриотическое воспитание, возрождение семейных ценностей, формирование общей культуры обучающихся, профилактика экстремизма и радикализма в молодежной среде.
Сентябрь	«Экстремизм в молодежной среде» -беседа-диалог
Октябрь	Конкурс рисунков « Мой край родной»
Ноябрь	Анкетирование « Я и семья»
Декабрь	Встреча с духовно служителем в Свято Троицком храме.
Социализация, самоопределение и профессиональная ориентация	
Сентябрь	День профессионального самоопределения « День работников нефтяной, газовой и топливной промышленности»- беседа
Октябрь	День профессионального самоопределения «День учителя»- день самоуправления.
Ноябрь	День профессионального самоопределения « День милиции»- беседа с инспектором.
Декабрь	День профессионального самоопределения « Международный день гражданской авиации»- видеоролик.
Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни и комплексной	

профилактической работы (профилактика употребления ПАВ, безнадзорность, правонарушения несовершеннолетних и детского дорожно-транспортного травматизма)	
Сентябрь	Беседа: Основы здорового образа жизни
Октябрь	Беседа « Ваше здоровье в ваших руках»
Ноябрь	Энергетик- вред для окрепшего организма. Показ социального ролика
Декабрь	Организация профилактических мероприятий: «Всемирный день здоровья»

9. Материально техническое обеспечение предусматривает:

1	Гимнастические маты	5
2	Скакалки	16
3	Ключки	На каждого занимающегося
4	Волейбольные мячи	1
5	Баскетбольные мячи	5
6	Футбольные мячи	2
7	Накидки для отличия команд	На 2 команды
8	Защита игрока	На каждого занимающегося
9	Фишки	25
10	Шайбы	20
11	Мини ворота	2
12	Стойки	15
13	Гимнастическая скамья	4
14	Информационное табло	1
15	Тренажер для полевых игроков	6
16	Секундомер	2
17	Измерительная рулетка	2

При дистанционном обучении должно обеспечиваться каждому обучающемуся возможность доступа к средствам ДОТ, в т.ч. к образовательной онлайн-платформе, в качестве основного информационного ресурса, а также осуществляться учебно-методическая помощь обучающимся через консультации педагогов как при непосредственном взаимодействии педагога с обучающимися, так и опосредованно.

10. Кадровое обеспечение

Дополнительную общеразвивающую программу в области физической культуры и спорта **хоккей** реализует тренер-преподаватель по хоккею, соответствующий Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (утверждён приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021г. № 652н).

11. Формы контроля

Для оценки уровня освоения дополнительной общеразвивающей программы проводится итоговая аттестация обучающихся в форме сдачи контрольных нормативов по общей и специальной физической подготовке. В начале года проводится входное тестирование. Приём контрольных нормативов проводится в сентябре тренером-преподавателем. В течение реализации программы приём контрольных нормативов

проводится для перевода на следующий год обучения. С целью проверки использования в соревновательных условиях изученных технических приёмов и тактических действий организуется участие обучающихся в соревнованиях различного уровня согласно плана спортивно-массовых мероприятий.

По окончании цикла подготовки обучающиеся должны выполнить нормативные требования физической подготовленности, а также принять участие в соревнованиях.

Участие в соревнованиях:

- Внутришкольные и муниципальные соревнования по лыжным гонкам.
- Муниципальные и региональные соревнования по лыжным гонкам.
- Региональные соревнования по лыжным гонкам.

12. Оценочный материал

Мониторинг – это процесс непрерывного научно обоснованного, слежения за состоянием, развитием педагогического процесса в целях оптимального выбора образовательных целей, задач и средств их решения. Системой мониторинга в данной рабочей программе является: достижения детьми планируемых результатов освоения программы. Мониторинг проводится один раз в год (в мае). В проведении мониторинга участвуют педагоги, психологи и медицинские работники.

Методы проведения мониторинга:

Наблюдение – это один из основных эмпирических методов, состоящий в преднамеренном, систематическом и целенаправленном восприятии психических явлений с целью изучения их специфических изменений в определенных условиях и поиска смысла этих явлений, который непосредственно не дан.

Беседа – метод получения информации на основе вербальной (словесной) коммуникации. По форме беседа может представлять собой стандартизированный опрос, характеризующийся заранее определенными набором и порядком вопросов. Свободный опрос по форме приближается к обычной беседе и носит естественный, неформальный характер.

Контрольные испытания:

- выполнение установленных контрольных упражнений по ОФП;
- выполнение установленных контрольных упражнений по СФП;
- систематический анализ пройденных комплексов по видам.

Оценка уровня физической подготовленности занимающихся в завершении программы.

По итогам реализации программы тренер-преподаватель основываясь на анализ оценки уровня физической подготовленности занимающихся, переводит детей на следующий год..

13. Методический материал

Учебно-методическое обеспечение программы Основными формами тренировочного процесса являются:

- групповые тренировочные занятия;
- групповые теоретические занятия;
- восстановительные мероприятия;
- участие в соревнованиях;
- зачеты.

Основной формой является групповое тренировочное занятие. Групповое занятие условно делится на три части: подготовительную, основную, заключительную. Подготовительная часть включает в себя построение группы, переключку, объяснение задач и порядка проведения занятия, выполнение комплекса общеразвивающих и специальных физических упражнений, краткое повторение пройденного материала с разбором ошибок, ознакомление с новыми упражнениями. Основная часть направлена на решение главных задач занятия. Заключительная часть строится таким образом, чтобы постепенно снизить физическую нагрузку, а также подведение итогов занятий.

Рекомендации по организации образовательного процесса. На время командировок и болезни тренера-преподавателя предусматривается самостоятельная работа. На самостоятельное обучение предпочтительнее выносить такие предметные области, как теория и методика физической культуры и спорта, физическая подготовка. Тренер-преподаватель осуществляет контроль за самостоятельной работой обучающихся на основании ведения дневника самоконтроля, аудио- и видеоматериалов и другими способами (выполнение индивидуального задания, посещение спортивных мероприятий и другие формы). Расписание занятий должно составляться с учетом создания благоприятных условий и режима тренировок, отдыха занимающихся графика обучения их в общеобразовательных и других учреждениях, характера и графика трудовой деятельности. Контроль является одной из функций управления тренировочным процессом. Объективная информация о состоянии обучающихся в ходе тренировочной и соревновательной деятельности позволяет тренеру анализировать получаемые данные и вносить соответствующие корректировки в процесс подготовки. Выделяют следующие виды контроля:

- предварительный
- текущий
- итоговый

В ходе реализации программы применяются рефлексивно-аналитические средства оценивания и самооценки достижений обучающихся: портфолио, карты личностного роста

14. Антидопинговая работа.

В настоящее время в мире существует проблема использования спортсменами, запрещенных в спорте, веществ и методов. Допинг наносит непоправимый ущерб здоровью, спортивной карьере спортсмена и репутации, негативно сказывается на имидже спортивного учреждения и тренерского состава. Эффективной мерой профилактики применения допинга, является увеличение уровня знаний о вреде допинга. Основной целью проведения антидопинговых мероприятий образовательными учреждениями, является повышение уровня знаний обучающихся по предотвращению использования запрещенных в спорте субстанций и методов обучающимися. В ходе реализации дополнительных общеразвивающих программ по видам спорта необходимо проводить антидопинговую пропаганду среди обучающихся. Следует донести до обучающихся главное правило: «Спорт и допинг - это несовместимо!».

Для реализации поставленной цели необходимо выполнить ряд задач:

- выявить уровень осведомленности обучающихся в вопросах применения допинга;
- ознакомить с информацией по предупреждению применения допинга в спорте, основам антидопинговой политики;
- провести обучение обучающихся основам фармакологического обеспечения в спорте, предоставление им адекватной информации о препаратах и средствах, применяемых в спорте с целью управления работоспособностью;
- формировать практические навыки соблюдения антидопинговых правил и нравственных убеждений обучающихся;
- разработка информационно-образовательного материала по антидопинговой тематике;
- проводить лекции, беседы, семинары с обучающимися и их родителями/законными представителями, в том числе с приглашением специалистов.

План антидопинговой работы

Месяц	Наименование темы
Сентябрь	Психологические последствия допинга.
Октябрь	Допинг и зависимое поведение.
Ноябрь	Как выявляют допинг?
Декабрь	Наказания за нарушение антидопинговых правил.

15. Список литературы

- 1) Хоккей: программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (Текст) / М.: Советский спорт, 2009. – 101 с.
- 2) Методическими рекомендациями по организации спортивной подготовки в Российской Федерации, утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации.
- 3) Букатин А.Ю., Колузганов, ВМ. Юный хоккеист - М Фис 1986.
- 4) Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - Киев, 1999.
- 5) Никитушкин В.Г., Губа ВЛ. Методы отбора в игровые виды спорта. - М., 1998.
- 6) Савин В Л. Хоккей. Учебник для институтов физической культуры. - М.: Фис, 1990.
- 7) Савин В Л. Теория и методика хоккея. Учебник для студентов высших учебных заведений. - М.: Академия, 2003.
- 8) Спортивные игры. Учебник для вузов под редакцией Ю.Д. Железняк и Ю.М. Портнова. - М: Академия, 2002

Интернет-ресурсы:

- 1.) www.minsport.gov.ru — Официальный сайт Министерства спорта РФ
- 2.) минобрнауки.рф- Сайт Министерства образования и науки России
- 3.) <http://www.oblsport.kirov.ru> — Сайт Управления по физической культуре и спорту Кировской области
- 4.) <http://fhr.ru/main/> - Сайт федерации хоккея России
- 5.) <http://sportslob.ucoz.ru/> - официальный сайт МКОУ ДОД ДЮСШ г. Слободского
- 6.) <http://zshr.ru/>- Сайт всероссийского клуба юных хоккеистов «Золотая шайба» им. А.В. Тарасова

Календарно-тематическое планирование
на период реализации программы (с 01.09.2023 по 31.12.2023 г.)
на 6 часов в неделю.

№	Программный материал	Сентябрь														
		4	6	8	11	13	15	18	20	22	25	27	29			
1	Теоретические знания. Техника безопасности на занятиях хоккеем. Гигиена и режим дня.	+														
2	История хоккея СССР и России.		+													
3	Развитие общей выносливости (длительный бег в медленном темпе)			+												
4	Выполнение упражнений с клюшкой и шайбой				+											
5	Ведение шайбы с передачей в тройках					+										
6	Ведение шайбы с броском по воротам.						+									
7	Развитие общей выносливости (длительный бег в медленном темпе)								+							
8	Развитие общей выносливости (кроссовая подготовка)												+			
9	Ведение шайбы с преодолением сопротивления.													+		
10	Ведение шайбы в ограниченной зоне.														+	
11	Ведение шайбы в различных направлениях.															+

№	Программный материал	Октябрь														
		2	4	6	9	11	13	16	18	20	23	25	27	30		
1	Кросс на пересеченной местности. Футбол	+														
2	Развитие общей выносливости. Кросс поход. ОФП		+													
3	Борьба за шайбу в парах, четверках.			+												
4	Ведение шайбы в различных направлениях.				+											
5	Развитие общей и специальной выносливости, быстроты.					+										
6	Броски по воротам с сопротивлением противника.						+									
7	Броски по воротам в одно касание.							+								
8	Броски по воротам « кистевой толчок».									+						
9	Ведение шайбы с передачей шайбы в парах.										+					
10	Круговая тренировка. ОФП.											+				
11	Кистевой бросок « Щелчок».												+			
12	Ведение и передача шайбы с преодолением сопротивления. Ведение шайбы в ограниченной зоне.														+	
13	Держание шайбы в зоне.															+

№	Программный материал	Ноябрь														
		1	3	6	8	10	13	15	17	20	22	24	27	29		
1	Развитие общей и специальной выносливости	+														
2	Круговая тренировка. ОФП. Работа на резине.		+													
3	Кросс по стадиону, ОФП			+												
4	Держание шайбы в малой зоне.				+											
5	Тактика игры « пассивная коробка»					+										
6	Вбрасывание шайбы и последующая атака.							+								
7	Упражнения для развития опорно-двигательного аппарата.									+						
8	Способы отбора шайбы.												+			
9	Скоростно-силовая подготовка. Бег, со скоростью включая упражнения на нижние конечности													+		
10	Броски по указанной цели.															
11	Бег, со скоростью включая гимнастические упражнения с использованием гимнастического мата														+	
12	Взаимодействие игроков в нападении.															
13	Бег, со скоростью включая силовые упражнения на плечевой пояс															+

№	Программный материал	декабрь															
		1	4	6	8	11	13	15	18	20	22	25	27	29			
1	Инструктаж по ТБ. Катание на коньках.	+															
2	Обводка соперника с броском в ворота.		+														
3	Выполнение упражнений с клюшкой и шайбой.			+													
4	Круговая тренировка. ОФП. Тренажерный зал				+												
5	Бег, со скоростью включая силовые упражнения на плечевой пояс					+											
6	Взаимодействие игроков в обороне.									+							
7	Ведение шайбы с применением финтов.										+						
8	Ведение шайбы с обводкой и броском. Броски по льду и по воздуху на точность.											+					
9	Ведение шайбы с передачей шайбы в парах.												+				
10	Ведение шайбы с передачей в тройках													+			
11	Техника катания на коньках лицом и спиной вперед														+		
12	Техника владения клюшкой, техника хвата клюшки																+
13	Силовые упражнения. Силовое катание на льду																+