

Отдел по физической культуре и спорту администрации
муниципального образования Кореновский район

Муниципальное автономное учреждение дополнительного
образования спортивная школа «Аллигатор»
муниципального образования Кореновский район

Принята на заседании
педагогического совета
МАУ ДО СШ «Аллигатор»
МО Кореновский район
Протокол № 1 от 05.02.2025г.



Утверждаю
Директор МАУ ДО СШ «Аллигатор»
МО Кореновский район
СШ «Аллигатор»
МО Кореновский район
Г.А. Ланге
Приказ № 22 от 14.02.2025г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
по виду спорта «ХОККЕЙ»**

Уровень программы: базовый
Срок реализации: 1 год – 208 ч.
Возраст категории: от 4 до 7 лет
Состав группы: до 25 человек
Форма обучения: очная
Тип программы: модифицированная
Программа реализуется на бюджетной основе

Автор составитель:
Заместитель директора по МР Чернявская В.В.
тренер – преподаватель по хоккею
Григорьев И.В.

г. Кореновск, 2025г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Нормативно – правовая база	3
Раздел 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»	
2. Пояснительная записка программы	4
2.1. Направленность	4
2.2. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность	4
2.3. Адресат программы, форма обучения	6
2.4. Режим занятий	6
2.5. Особенности организации образовательного процесса	7
3. Цель и задачи программы	7
4. Учебный план	8
5. Содержание учебного плана	9
6. Планируемые результаты	17
Раздел 2. «Комплекс организационно – педагогических условий, включающий формы аттестации»	18
7. Календарный учебный график	18
8. Система контроля	19
9. Методические материалы	23
10. Условия реализации программы	27
11. Воспитательная работ	28
12. Перечень информационного обеспечения	32
Приложение № 1	33
Приложение № 2	34
Приложение № 3	36

1. Нормативно-правовая база

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «хоккей» разработана на основе следующих нормативно-правовых документов:

- ✓ Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
- ✓ Федеральным Законом Российской Федерации от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).
- ✓ Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- ✓ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- ✓ Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), письмо Минобрнауки от 18.12.2015 № 09-3242.
- ✓ Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ. Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края. 2024 год.
- ✓ Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р).
- ✓ Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» от 07.12.2018г.
- ✓ Устав МАУ ДО СШ «Аллигатор» МО Кореновский район.
- ✓ Иные нормативных правовых актов.

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты».

2. Пояснительная записка программы

2.1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «хоккей» (далее программа) имеет физкультурно - спортивную направленность.

Программа разработана с учетом современных образовательных технологий, которые отражаются в принципах обучения (индивидуальности, доступности, преемственности, наглядности), в формах и методах обучения, в методах контроля и управления образовательным процессом, и в имеющихся в наличии средствах обучения.

В программе предусмотрены занятия с детьми разного уровня подготовленности и физического развития, определено оптимальное соотношение разносторонней спортивной подготовки юных спортсменов, обеспечивающей оздоровительный эффект.

Обучение по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе физкультурно-спортивной направленности ведется на русском языке.

2.2. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность.

Новизна

Данная программа включает в себя не только обучение технике хоккея с шайбой, но и является лучшим средством развития физических качеств, способствует воспитанию силы воли и физической выносливости, создаёт прекрасные условия для укрепления опорно-двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы средствами ОФП. Хоккей при спортивно-оздоровительной подготовки позволяет выявить задатки и способности обучающихся, привить интерес к учебно-тренировочным занятиям.

Актуальность обусловлена тем, что программа решает проблемы повышения мотивации здорового образа жизни, популяризации ценностей физической культуры и спорта среди подрастающего поколения, тем самым отвечает на запросы государства и общества. Поскольку традиционная система физического воспитания в дошкольных учреждениях на современном этапе все еще не обеспечивает необходимого уровня физического развития и подготовленности обучающихся, реализация дополнительной общеразвивающей программы в системе дополнительного образования детей, позволяет увеличить двигательную активность детей, а также расширить физкультурно-оздоровительную и спортивную работу, позволяющую заложить фундамент крепкого здоровья молодого поколения нашей страны.

Данная программа ориентирована на то, чтобы дети получили базовую общую физическую подготовку, а также начальные технико-тактические действия по виду спорта. Занятия хоккеем помогают в формировании режима дня, постоянная физическая активность позволяет держать организм подрастающего поколения в тонусе, что позитивно сказывается в повседневной жизни.

Педагогическая целесообразность хоккей определена тем, что ориентирует обучающихся на приобщение каждого к физической культуре и спорту, применение полученных знаний, умений и навыков в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата, на создание индивидуального творческого продукта.

Благодаря систематическим занятиям физической культурой и спортом обучающиеся приобретают общую и специальную физическую подготовку, а развитие специальных физических качеств помогает развить морфофункциональные системы растущего организма – в этом и заключается педагогическая целесообразность разработанной образовательной программы по обучению хоккею с шайбой.

Кроме того, педагогическую целесообразность образовательной программы мы видим в формировании у обучающегося чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе (команда), с одной стороны, и формировании самодостаточного проявления всего спортивного потенциала при выполнении индивидуальных прокатов ребенка в соревновательной деятельности формирования тактического мышления.

Отличительные особенности программы в том, что данная программа уделяет большее количество внимания на разучивание и совершенствование тактических приёмов, что позволит обучающимся идти в ногу со временем и повысить уровень соревновательной деятельности в хоккее.

Программа позволяет варьировать нагрузку ребенка в зависимости от его физических возможностей, не теряя при этом результат обучения. В программе задействованы методики обучения основам хоккея, которые являются наиболее современными и используются для подготовки хоккеистов в спортивной школе.

Также занятия хоккеем способствуют улучшению здоровья и физической подготовленности. Они помогают снять нервное напряжение, привести в норму вес, укрепить лёгкие, развить гибкость тела и сопротивляемость организма заболеваниям.

2.3. Адресат программы, форма обучения

Адресат программы:

Набор по Программе формируется на внеконкурсной основе из всех желающих заниматься фигурным катанием в возрасте от 4 до 7 лет, с предоставлением медицинской справки от врача, разрешающей занятия по данному направлению деятельности.

Запись на программу осуществляется по заявлению родителей (законных представителей).

При реализации программы применяется очная **форма** обучения.

Формой организации обучения является групповая.

Уровень программы - базовый.

Сроки реализации программы – 1 год (52 недели).

Учреждение организует работу с обучающимися в течение всего календарного времени, в соответствии с годовым календарным учебным графиком программы (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

Продолжительность самостоятельной подготовки составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым календарным учебным графиком.

Годовой учебный график включает общую физическую, специальную физическую, теоретическую подготовку, восстановительные мероприятия, участие в соревнованиях и контрольные испытания по разделам программы.

При выявлении в процессе систематических занятий перспективных (одаренных) детей по окончании обучения и выполнения контрольных требований по общей физической подготовки обучающиеся может быть переведены в группы начальной подготовки по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта «фигурное катание на коньках».

2.4. Режим занятий

Начало учебного года - 1 января, окончание 31 декабря. Недельная нагрузка 4 академических часа. Учебные занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа (академический час - 45 мин.).

При дистанционном обучении занятия проводятся 2 раза в неделю по 20 минут.

Максимальная наполняемость групп до 25 человек.

Занятия начинаются не ранее 8:00 часов утра и заканчиваются не позднее 20:00 часов.

Расписание учебно-тренировочных занятий утверждается директором учреждения, после согласования с педагогическим составом в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха спортсменов, с учетом режима дошкольных (образовательных) учреждений. При

составлении расписания учебно-тренировочных занятий необходимо также учитывать особенности режима рабочего времени и времени отдыха тренерского состава.

Продолжительность этапа не ограничена, охватывает весь период занятий в спортивной школе.

2.5. Особенности организации образовательного процесса

Занятия проходят в форме учебно-тренировочных занятий, лекций, соревнований, сдачи контрольных нормативов, а также просмотра видеоматериала и печатных изданий.

Учебный материал программы учитывает специфику вида спорта, возрастные особенности, уровень физической подготовленности занимающихся и распределён согласно ступеням обучения.

При электронном обучении занятия проходят в форме интернет-уроков, онлайн - тренировок, проведение консультаций с использованием форумов и вебинаров, отправка заданий по электронной почте, облачные сервисы и др.

В условиях временного ограничения (приостановки) занятий очной формы, применяется электронное обучение обучающихся с использованием дистанционных технологий.

3. Цель и задачи программы

Цель программы - привлечь максимально возможное число детей младшего школьного возраста к занятиям хоккеем, формирование у них устойчивого интереса, мотивации к систематическим занятиям спортом и к здоровому образу жизни.

Задачи:

Образовательные (предметные):

- Освоить знания о физической культуре и спорте, роли и формировании здорового образа жизни.
- Обучить умению использовать различные системы и виды физических упражнений в самостоятельных занятиях физической культурой.
- Обучить основам техники хоккея.

Личностные:

- Развивать двигательную активность за счет направленного воспитания основных физических качеств и физических способностей.
- Развивать позитивное отношение к занятиям физической культурой, спортивным играм.
- **Формирование адекватной самооценки и самоконтроля.**

Метапредметные:

- Воспитать ценностное отношение к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей.

- Воспитать положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;
- Воспитать индивидуальные психические черты и особенности в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами командно-игровой деятельности;
- Воспитать положительное отношение к занятиям физической культурой и желанию продолжить своё физическое совершенство в дальнейшем.

Все эти меры в целом будут способствовать формированию у детей активной жизненной позиции.

4. Учебный план

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «хоккей» включает в себя учебный план сроком освоения 1 год, который является неотъемлемой частью Программы.

Учебный план программы:

- определяет содержание и организацию образовательного процесса в Учреждении по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе;
- разработан с учетом преемственности материалов, индивидуального развития физических способностей и качеств обучающихся определенного возраста.

Соотношение видов подготовки и иных мероприятий в учебном плане

Таблица 1

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Форма аттестации/ контроля
1	Теоретическая подготовка (2-5%)	4-12	Собеседование/ опрос
2	Общая физическая подготовка (22-24%)	46-50	Выполнение контрольных нормативов
3	Специальная физическая подготовка (4-6%)	8-12	Выполнение контрольных нормативов
4	Техническая подготовка (33-34%)	69-71	Выполнение контрольных нормативов

5	Тактическая подготовка (12-15%)	25-31	Выполнение контрольных нормативов
6	Участие в соревнованиях (1-2%)	2-5	Соревнование
8	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контрол (24-26%)	50-54	Выполнение контрольных нормативов
ИТОГО:		208	
9	В т.ч. самостоятельная работа (10-20%)	21-42	Видео/фото/дневник

5. Содержание учебного плана

Теоретическая подготовка.

На спортивно-оздоровительном этапе необходимо познакомить обучающихся с правилами гигиены, правилами поведения в спортивном зале и на учебно-тренировочном занятии на ледовой арене. Основное внимание при построении бесед и рассказов должно быть направлено на то, чтобы привить детям гордость за выбранный вид спорта и формирование желания добиться высоких спортивных результатов. Теоретические занятия органически связаны с физической и технической подготовками. При проведении теоретических занятий следует учитывать возраст занимающихся и излагать материал в доступной форме.

1. Вводное занятие. История развития хоккея. Хоккей на Олимпийских играх.

Содержание работы группы. Возникновение и развитие хоккея в России, мире. Краткие исторические сведения об Олимпийских играх. Хоккей на Олимпийских играх.

1. Техника безопасности на занятиях хоккеем.

Поведение на улице во время движения к месту занятия. Выбор места для проведения занятий и соревнований. Особенности организаций занятий на ледовой арене. Помощь при ушибах, растяжении.

2. Гигиена, закаливание, режим учебно-тренировочных занятий и отдыха. Питание, самоконтроль. Оказание первой помощи при травмах.

Личная гигиена спортсмена. Гигиенические требования к одежде и обуви хоккеиста. Значения и способы закаливания. Составление рационального режима дня с учетом тренировочных нагрузок. Значение питания как фактора сохранения и укрепления здоровья. Недопустимость употребления алкоголя, курения при занятиях спортом. Значение и содержание самоконтроля в процессе занятия фигурным катанием на коньках. Объективные и субъективные показатели самоконтроля. Дневник самоконтроля.

4. Спортивный инвентарь, выбор, хранение, уход за ним.

Выбор коньков. Способы обработки лезвия ботинок. Уход за инвентарем. Обувь, одежда и снаряжение для хоккеистов.

5. Основы техники. Понятие о технике. Структура скользящего шага.

6. Правила соревнований по хоккею.

Положение о соревновании. Выбор мест соревнований, подготовка ледовой арены. Организационная работа по подготовке соревнований. Состав и обязанности судейских бригад. Обязанности и права участников.

7. Основные средства восстановления.

Спортивный массаж, самомассаж и их применение в учебно-тренировочном процессе. Основные приемы самомассажа. Гидромассаж и его применение. Водные процедуры как средство восстановления.

Общая физическая подготовка (ОФП)

Одной из главнейших частей подготовки хоккеистов является физическая подготовка, направленная на развитие и воспитание основных двигательных качеств обучающегося.

Физическая подготовка — это вид спортивной подготовки, который направлен на преимущественное развитие двигательных качеств хоккеистов: силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости и других, а также на укрепление здоровья, важнейших органов и систем организма, совершенствование их функций. Физическая подготовка подразделяется на общую и специальную.

Целью общей физической подготовки (ОФП) является достижение высокой работоспособности организма, и направлена она на общее развитие и укрепление организма обучающегося: повышение функциональных возможностей внутренних органов, развитие мускулатуры, улучшение координационной способности, исправление дефектов телосложения с учетом особенностей и требований хоккейной специализации. К ним относятся упражнения на снарядах (гимнастическая стенка, скамейка и др.), со снарядами (набивные мячи, блины от штанги, гантели и т.п.), на тренажерах, подвижные и спортивные игры, кроссы, и т.п.

Строевые и порядковые упражнения.

Построение группы: шеренга, колонна, фланг, дистанция, интервал. Перестроения: в одну-две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Виды размыкания. Выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Начало движения, остановка. Изменение скорости движения.

Гимнастические упражнения с движениями частей собственного тела. Упражнения для рук и плечевого пояса. Из различных исходных положений, на месте и в движении, по кругу или по периметру площадки сгибание и разгибание рук, вращение в плечевых, локтевых и запястных суставах. Махи, отведение и приведение, рывки назад, в сторону.

Упражнения для ног. Сгибание и разгибание ног в тазобедренных, коленных и голеностопных суставах; приведения, отведения и махи вперед, назад и в сторону: выпады с пружинистыми покачиваниями; вращение в тазобедренном суставе ноги, согнутой в коленном суставе; приседания; прыжки из различных исходных положений.

Упражнения для шеи и туловища. Повороты, наклоны, вращения головы. Наклоны туловища, круговые вращения и повороты туловища. Из положения лежа на спине поднимание ног с доставанием стопами головы. Из положения сидя упор кистями рук сзади — поднимание ног с выполнением скрестных движений. Из исходного положения (основная стойка) перейти в упор сидя, затем в упор лежа, обратно в упор сидя и переход в положение основной стойки.

Упражнения для развития физических качеств. Упражнения для развития силовых качеств. Упражнения с преодолением веса собственного тела: подтягивание на перекладине, отжимание в упоре лежа, приседания на одной и двух ногах. Упражнения с партнером: преодоление его веса и сопротивления. Упражнения со снарядами: со штангой, блинами, гирями, гантелями, набивными мячами. Упражнения на снарядах: на различных тренажерах, гимнастической стенке, велоэргометре, лазание по канату.

Упражнения для развития скоростных качеств. Упражнения для развития быстроты двигательных реакций (простой и сложной). Старты с места и в движении, по зрительному и звуковому сигналу. Проведение различных эстафет, стимулирующих выполнение различных двигательных действий с максимальной скоростью. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств. Различные прыжковые упражнения, прыжки на одной или двух ногах, прыжки через скамейку и л/а барьер, прыжки в высоту и длину. Многоскоки, пятикратный и трехкратный прыжки в длину. Прыжки и бег по лестнице в высоком темпе. Общеразвивающие движения рук с небольшими отягощениями (20-30 % от макс), выполняемые с большой скоростью. Отжимание из упора лежа в высоком темпе. Упражнение со скакалками. Упражнения для развития координационных качеств. Выполнение относительно координационно-сложных упражнений с разной направленностью и чистотой движения рук и ног.

Акробатические упражнения: кувырки вперед и назад, в стороны, перевороты, кульбиты, стойки на голове и руках. Жонглирование футбольного мяча ногами, головой. 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.

Упражнения для развития общей выносливости. Бег с равномерной и переменной интенсивностью. Указанные упражнения следует выполнять в аэробном режиме на частоте сердечных сокращений, не превышающих 160 ударов в минуту

Специальная физическая подготовка

Специальная физическая подготовка — процесс развития двигательных способностей и комплексных качеств, отвечающих специфическим требованиям соревновательной деятельности в хоккее. Основными средствами СФП являются соревновательные и различные специальные и специально-подготовительные упражнения.

Упражнения для развития взрывной силы.

Приседания на одной и двух ногах с отягощениями (гантели, «блины»), величина которых не более 50% собственного веса тела. Прыжки и подскоки без отягощений и с отягощениями. Броски камней, набивных мячей весом 1 кг: от груди, из-за головы, сбоку, снизу, вперёд, назад. Бег в гору на короткие отрезки от 10 до 30 метров, бег по воде, многоскоки на песке; броски шайбы на дальность. Спортивные игры с применением силовой борьбы, заслонов и других приёмов хоккея. Бег на коньках с перепрыгиванием препятствий, с резким торможением и последующими стартами. Толчки сопротивляющегося партнёра плечом, грудью. Единоборство за шайбу у борта, на ограниченных площадках. Игры и эстафеты на коньках с переноской предметов.

Упражнения для развития быстроты.

Пробегание коротких отрезков от 15 до 40 метров из различных направлений. Бег с максимальной скоростью и резкими остановками, с внезапным изменением скорости и направления движения по зрительному сигналу. Бег по виражу, кругу, спирали, «восьмёрке» (лицом и спиной вперёд). Упражнения с теннисным мячом у стенки, связанные с бросками и ловлей отскочившего мяча в максимально быстром темпе, с быстрым переносом клюшки слева направо и обратно. Игра и упражнения, построенные на опережении действий партнёра (овладение шайбой). Броски шайбы поточно в борт на время. Бег на коньках на время отрезков 18, 36, 54 метров.

Упражнения для развития выносливости.

Длительный равномерный бег без коньков и на коньках (пульс 130-160 ударов в мин.). Переменный бег, кроссы, интервальный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью (работа 7-10 сек., с интервалами отдыха 15-30 сек.). Чередование бега на коньках с максимальной, умеренной и малой скоростью. Серийное интервальное выполнение технико-тактических упражнений с интенсивностью 75-85% от максимальной (длительность одного повторения не более 20-30 сек., интервал отдыха 1,5-2,5 мин.; число повторений в серии 3-5 раз, интервалы отдыха между сериями 10-12 мин.; число серий 2-3). Игры на поле для хоккея с мячом.

Упражнения для развития ловкости.

Эстафеты с предметами и без предметов. Игры и упражнения для совершенствования игрового мышления. Прыжки на коньках через препятствия. Падения и подъёмы. Игра клюшкой стоя на коленях. Эстафеты и игры с обведёнными стоек, уклонение от применения силовых приёмов, резкая смена направления бега.

Упражнения для развития гибкости.

Маховые движения руками, ногами с большой амплитудой, с отягощениями. Шпагат, полу-шпагат. Упражнения с клюшкой с партнёром. «Мост» из положения лёжа, стоя и другие упражнения для увеличения подвижности суставов и растягивания мышц, несущих основную нагрузку в игре.

Техническая подготовка

Техническая подготовка направлена на обучение спортсмена технике движений и доведение их до совершенства.

Основной задачей технической подготовки детей на этом этапе является овладение основными приемами техники: перемещениями, ловлей, передачами, подачей мяча, приемами. Изучение их ведется на основе владения основными способами их выполнения. Это составит базу, на основе которой в дальнейшем, занимающиеся, смогут овладеть всем многообразием технических приемов.

В основе технической подготовки лежит воспитание способности выполнять изученные приемы в сочетании с различными способами перемещений (бег, прыжки, изменение направления движений и т. д.). Эти сочетания не должны включать ни одновременно, ни последовательно большого количества приемов.

Чтобы техническая подготовка на спортивно-оздоровительном этапе проходила успешно, необходимо учитывать, во-первых, что игроки должны овладеть рациональной, более целесообразной техникой; во-вторых, что эта техника должна быть доступной для обучающихся, т. е. соответствовать их возможностям.

Практические занятия.

Техника игры. Техника передвижения на коньках. Посадка (стойка) хоккеиста. Техника скольжения на двух и одном коньках. Техника передвижения на коньках длинным (скользящим), коротким (ударным) шагами. Торможение «плугом», «полу-плугом», двумя коньками с поворотом на 90 градусов, прыжком, одним коньком (внутренним, наружным). Остановки. Изменение направления бега с помощью переступания без отрыва коньков ото льда, на одном коньке, прыжком, с крестным шагом, перебежкой (слаломный бег). Бег по виражу вправо, влево, по «восьмерке», по кругу. Бег спиной вперед без отрыва коньков ото льда, с отрывом коньков ото льда, переступанием, с крестным шагом. Бег спиной вперед по прямой, по виражу, по кругу, по «восьмерке», с изменением скорости движения. Старты из

различных исходных положений. Повороты прыжками, переступанием при переходе от бега спиной вперёд к бегу лицом вперёд и обратно. Прыжки толчком одной и двумя ногами с приземлением на одну и две ноги. Опускание и падение на одно, два колена; различные кувырки с последующим быстрым вставанием.

Техника нападения.

Обучение держанию клюшки одной, двумя руками. Ведение без отрыва клюшки от шайбы (перед собой, сбоку), по прямой по дуге. Ведение шайбы: ударами и подбиванием (перед собой, сбоку), из стороны в сторону (широкое, плавное и короткое), вперед-назад (перед собой и сбоку), диагональное, коньками. Обучение длинному броску с удобной и неудобной стороны, с места и в движении. Обучение удару-броску с коротким и длинным замахом. Обучение приёму шайбы крюком клюшки с уступающим и без уступающего движения, с подстраховкой коньком. Обучение приёму шайбы рукояткой клюшки, рукой, коньком, туловищем (опустившись на одно, два колена, лёжа). Обманные движения туловищем, клюшкой с выпадом влево, вправо, с шагом в сторону, с изменением скорости бега и с под пусканием шайбы под клюшку соперника. Обманные движения использованием борта, финты на передачу, на бросок на перемещение.

Техника обороны.

Обор и выбрасывание шайбы клюшкой. Подбивание клюшки соперника снизу, удар по клюшке сбоку, прижимание клюшки соперника сверху. Выбивание шайбы резким движением клюшки. Приёмы овладения шайбой с помощью клюшки при введении её в игру. Отбор шайбы клюшкой, положенной на лёд. Прижимание шайбы к борту коньками, клюшкой.

Тактическая подготовка

Спортивная тактика в ее совершенном виде — это искусство ведения спортивной борьбы.

Тактическая подготовка предусматривает овладение индивидуальными, групповыми и командными действиями, умение правильно воспринимать и анализировать игровую ситуацию и принимать быстрое решение для выбора технического действия, предвидеть форму взаимодействий с партнерами.

Избрав тактический рисунок игры или систему тактических взаимодействий, исходя из возможностей занимающихся, определяют задачи каждого игрока в защите и нападении. И только после этого начинают освоение основных взаимодействий, тактических вариантов и комбинаций, учат принимать самостоятельные тактические решения. Затем закрепляют командные тактические взаимодействия в двухсторонних учебных играх. Постепенно тактические задачи усложняются. Следует помнить, что как в технике, так и в тактике игры команда начинается с умения осуществлять защитные взаимодействия. Следовательно, обучение нужно начинать с защитных взаимодействий, а затем переходить к тактическим взаимодействиям в нападении.

Основные задачи тактической подготовки - формирование и развитие тех способностей, которые лежат в основе тактического мышления и тактических действий, связанных с изученными приемами техники.

Здесь необходимо развивать внимание, зрительную память на ситуации, ориентировку во времени и пространстве.

На этом этапе тактическая подготовка направлена на развитие у занимающихся определенных качеств и способностей, лежащих в основе успешных тактических действий.

Эффективными средствами здесь являются различные упражнения, спортивные и подвижные игры, эстафеты, которые требуют проявления быстроты реакции и ориентиров, быстроты ответных действий, сообразительности, наблюдательности, переключения с одних действий на другие и т. д. Наиболее благоприятны возможности для развития этих качеств в детском возрасте.

Практические занятия

Тактика нападения – выполнение различных действий без шайбы и с шайбой в зависимости от действий партнёра, соперника. Умение вести шайбу и выполнить бросок по воротам, обводку соперника, силовые приёмы. Выполнение тактических заданий на игру. Умение выполнять тактические действия на определённых участках площадки и сочетать индивидуальную игру с коллективными действиями.

Длинные передачи с удобной и неудобной стороны, передача ударом (с широким и коротким замахом), передача коньком. Передача шайбы в парах, тройках, на месте и в движении, без смены и со сменой мест, создавая удобную позицию для взятия ворот.

Взаимодействие в парах с целью выхода на свободное место: передай и выйди, скрестный выход. Умение выполнять групповые взаимодействия на определённом участке площадки.

Обучение передачам, отбору шайбы в квадратах с различными сочетаниями занимающихся – 3:2; 4:3; 3:1; 3:3; 5:3 с введением дополнительных занятий.

Игра с одним водящим в круге; в одно, в два касания; до полного отбора. Выход из зоны пробросом вдоль борта.

Тактика защиты.

Индивидуальные действия: выбор места для оборонительного действия; перехват продольного и диагонального паса; отбор шайбы при помощи клюшки; нейтрализация клюшки соперника подниманием и прижиманием её в момент приема шайбы соперником.

Групповые взаимодействия:

умение подстраховать партнера, переключиться.

Спаренный отбор. Взаимодействие двух игроков против двух и трёх нападающих.

Изучение основных обязанностей игроков по выполняемым игровым амплуа в команде.

Участие в соревнованиях

Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся по программе (далее – обучающихся):

- соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации лиц, проходящих обучение по программе положениям (регламентам) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации, и правилам вида спорта «хоккей»;
- соответствие требованиям к результатам реализации Программы;
- наличие соответствующего медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

Учреждение направляет обучающихся и лиц, осуществляющих подготовку на спортивно-оздоровительном этапе, на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого, в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

6. Планируемые результаты

Образовательные (предметные):

- получить знания о физической культуре и спорте, роли и формировании здорового образа жизни.
- уметь использовать различные системы и виды физических упражнений в самостоятельных занятиях физической культурой.
- освоить навыки выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применять их в игровой и соревновательной деятельности.

Личностные:

- достигнута двигательная активность за счет направленного воспитания основных физических качеств и физических способностей;
- достигнуто позитивное отношение к занятиям физической культурой, спортивным играм.

Метапредметные:

- развито ценностное отношение к своему здоровью и жизни, здоровью окружающих людей.
- развиты положительные качества личности, нормы коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности;

- развиты индивидуальные психические черты и особенности в общении и коллективном взаимодействии средствами и методами командно-игровой деятельности;
- развито положительное отношение к занятиям физической культурой и желанию продолжить своё физическое совершенство в дальнейшем.

Все эти меры в целом будут способствовать формированию у детей активной жизненной позиции.

Раздел 2 «Комплекс организационно - педагогических условий, включающий формы аттестации».

7. Календарный учебный график программы

Таблица 1

Разделы подготовки	Количество часов по месяцам												Итого кол-во часов (акад.)
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
Теоретическая подготовка (2-5%)	1			1	1	1	1	1	1		1		8
Общая физическая подготовка (22-24%)	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	46
Специальная физическая подготовка (4-6%)	1	1	1	1	1				1			2	8
Техническая подготовка (33-34%)	6	5	6	6	6	5	6	5	6	6	6	6	69
Тактическая подготовка (12-15%)	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	25
Участие в соревнованиях (1-2%)										2			2
Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контрол (24-26%)	4	4	4	4	4	4	6	4	4	4	4	4	50
ИТОГО часов (акад.)	18	16	16	18	18	16	20	16	18	18	16	18	208
В т.ч. самостоятельная работа (10-20%)	4				4	6	20				2		36

8. Система контроля

В процессе освоения каждой темы тренер-преподаватель осуществляет текущий контроль и проводит контрольные упражнения с целью проверки освоения обучающимися программы. По окончании освоения Программы проводится итоговая аттестация. Теоретическая подготовка сдается в форме устного опроса.

Текущий контроль успеваемости осуществляется тренером-преподавателем самостоятельно в ходе проведения учебно-тренировочных занятий.

Формы и виды текущего контроля: в устной форме (опрос, беседа); наблюдение за уровнем и способами выполнения самостоятельных работ; личностные достижения обучающихся на текущих занятиях, контрольных стартах, товарищеских играх и других формах обучения; участие в соревнованиях внутришкольных.

Цель текущего контроля: повышение стимула к расширению познавательных интересов обучающихся, осуществление ежедневного контроля за уровнем освоения Программы

В конце года обучения, в декабре месяце, проводится итоговая аттестация обучающихся. Результаты итоговой аттестации (выполнение контрольных нормативов) оформляются протоколом.

Контрольные нормативы для оценки результатов освоения программы представлены в Таблица 2.

Организация процесса аттестации.

Сроки проведения аттестации устанавливаются в соответствии с учебным календарным планом и графиком проведения аттестации. Тренеры-преподаватели за месяц до аттестации должны быть осведомлены, о графике проведения промежуточной аттестации, перечень контрольных нормативов и тестов доведен до сведения обучающихся. Для проведения аттестации обучающихся создается аттестационная комиссия (не менее пяти человек). Результаты проведения аттестации заносятся в протокол и заверяются членами аттестационной комиссии.

Система и критерии оценок при проведении аттестации.

Система и критерии оценок при проведении аттестации должны быть едиными для всех обучающихся. Выполнение контрольного норматива определяется следующими оценками: положительное – «сдал»; отрицательное - «не сдал». Итоговый результат прохождения аттестации определяется в сводном протоколе «зачет» - «не зачет». Для успешного прохождения аттестации обучающемуся необходимо набрать не менее 50% положительных оценок («сдал») и получить общий «зачет» по всем контрольно-переводным нормативам. Обучающимся, успешно прошедшим аттестацию, выдается справка об окончании курса обучения по дополнительной

общеобразовательной общеразвивающей программе. Форма справки утверждается руководителем организации.

Обучающиеся, показавшие неудовлетворительные результаты аттестации или не прошедшие аттестацию, при отсутствии уважительных причин признаются имеющими академическую задолженность.

Обучающиеся обязаны ликвидировать академическую задолженность.

Обучающиеся, имеющие академическую задолженность, вправе пройти повторно аттестацию в сроки, определяемые педагогическим советом.

Итоги проведения повторной аттестации тренеры-преподаватели обязаны довести до сведения обучающихся и их родителей (законных представителей). Обучающимся, успешно прошедшим повторную аттестацию, выдается справка об окончании курса обучения по дополнительной общеобразовательной программе.

При дистанционном обучении уровень усвоения программного материала обучающимися можно проверить с помощью тестирования, фотоотчетов и видеоотчетов.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки

Таблица 2

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 20 м	с	не более	
			4,5	5,3
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			135	125
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			15	10
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег на коньках 20 м	с	не более	
			4,8	5,5
2.2.	Бег на коньках челночный 6х9 м	с	не более	
			17,0	18,5
2.3.	Бег на коньках спиной вперед 20 м	с	не более	
			6,8	7,4
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	не более	
			13,5	14,5
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	не более	
			15,5	17,5

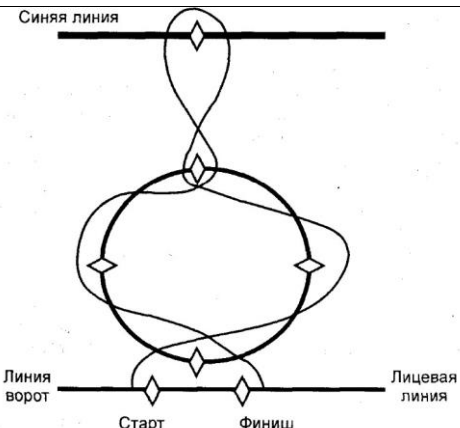
Методические указания

к выполнению контрольных нормативов для обучающихся

Упражнения	Порядок выполнения испытания
Бег 20 м	Бег выполняется с высокого старта о команде «На

	старт!» обучающийся должен подойти к линии старта и занять позицию за линией строго на своей дорожке. Обучающийся не должен касаться руками или ногами линии старта или земли за ней. При команде «Внимание!» обучающийся должен зафиксировать окончательную стартовую (неподвижную) позицию. После команды «Марш!» обучающийся начинает движение. Обучающиеся стартуют по 2-4 человека. Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается: - обучающийся не готов к старту через 2 минуты после вызова стартера; - обучающийся во время бега уходит со своей дорожки, создавая помехи другому тестируемому; - старт обучающегося раньше команды «Марш!».
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Обучающийся принимает исходное положение: ноги на ширине плечи ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Допускаются махи руками. Обучающемуся предоставляется три попытки. В зачет идет лучший результат. Обучающийся имеет право при подготовке и выполнении прыжка производить маховые движения руками, использовать все время (1 минуту), отведенное на подготовку и выполнение прыжка. Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается: - заступ за линию отталкивания или касание ее; - отталкивание с предварительного подскока; - поочередное отталкивание ногами; - использование каких-либо отягощений, выбрасываемых во время прыжка; - уход с места приземления назад по направлению прыжка
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов относительно туловища, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола или контактной платформы высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в исходное положение и, зафиксировав его на 1 секунду, продолжить выполнение испытания. Засчитывается количество правильно выполненных циклов, состоящих из сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом вслух.
Нормативы СФП	
Бег на коньках на 20 м (сек)	Определяет уровень развития специальных скоростных качеств и техники катания лицом вперед. Два испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По

	сигналу оба катятся вперед и на полной скорости пересекают линию финиша. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.
Бег на коньках челночный 6 х 9м (сек)	Определяет уровень развития специальных скоростно-силовых качеств и техники передвижения на коньках и торможений. Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу хоккеист катится вперед до отметки 9 м, где выполняет резкое торможение, и должен преодолеть девятиметровый отрезок шесть раз. Торможения выполняются поочередно правым и левым боком. Результат теста не засчитывается, если хоккеист, прежде чем двигаться в обратную сторону, не коснется коньком линии старта или противоположной линии и тормозит только одним боком.
Бег на коньках спиной вперед 20м (сек)	Определяет уровень развития координационных способностей, специальных скоростных качеств и техники бега на коньках спиной вперед. Два испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта спиной вперед так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу оба катятся спиной вперед и на полной скорости пересекают линию финиша. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.
Бег на коньках слаломный без пьё	Определяет уровень координационных способностей, техники маневренного катания. Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта (расположена на расстоянии 10 см от линии ворот по направлению к кругу вбрасывания) так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу хоккеист стартует и обегает 5 стоек. Четыре стойки расположены по периметру круга вбрасывания и одна стойка на расстоянии 17 м 36 см от линии старта, напротив верхней стойки, расположенной на круге вбрасывания. Таким образом, три стойки находятся на осевой линии, проходящей через точку вбрасывания и по 1-й стойки справа и слева перпендикулярно осевой линии. Прежде чем дать старт, надо убедиться, что испытуемому известен маршрут, по которому он должен пройти. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

	
Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	Определяет уровень координационных способностей, техники маневренного катания и техники владения клюшкой. Тест выполняется так же, как и предыдущий, но с ведением шайбы. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая. Для оценки техники владения клюшкой рекомендуется принимать во внимание разницу между выполнением упражнения с шайбой и без шайбы.

Вопросы теоретическая подготовка - устный опрос:

1. В какой стране зародился твой вид спорта?
2. Каких знаменитых спортсменов по своему виду спорта ты знаешь? Кто из них стал чемпионом или призером Олимпийских игр?
3. Какие качества в человеке воспитывает физическая культура?
4. Как правильно ухаживать за телом, полостью рта и зубами?
5. Какие требования к одежде и обуви для тренировочных занятий предъявляются в твоём виде спорта?
6. Виды закаливания, которые тебе известны.
7. Какие травмы можно получить в твоём виде спорта? Как этого избежать?
8. Какие технические элементы своего вида спорта ты знаешь?
9. Какие жесты (или команды, оценки) используют спортивные судьи в твоём виде спорта?
10. Какой инвентарь и экипировка необходимы для твоего вида спорта?

№ п/п	Кол-во правильных ответов на теоретические вопросы	Результат
1	5-10 ответов из 10	Сдал
2	1-4 ответов из 10	Не сдал

9. Методические материалы

Многолетнюю подготовку от новичка до чемпиона целесообразно рассматривать как единый процесс, подчиняющийся определенным законодательством, как сложную специфическую систему со свойственными ей особенностями с учетом возрастных возможностей юных обучающихся.

Спортивная тренировка юных обучающихся, в отличие от тренировки взрослых, имеет ряд методических и организационных особенностей.

Учебно-тренировочные занятия юных обучающихся, в отличие от учебно-тренировочных занятий взрослых, имеет ряд методических и организационных особенностей.

Учебно-тренировочные занятия юных обучающихся не должны быть ориентированы на достижение высокого спортивного результата.

Тренировочные и соревновательные нагрузки должны соответствовать функциональным возможностям растущего организма.

В процессе всех лет занятий необходимо соблюдать рациональный режим, обеспечить гигиену быта, контроль за состоянием здоровья, подготовленностью занимающихся и их физическим развитием.

Надежной основой успеха юных обучающихся в избранном виде спорта является приобретенный фонд учений и навыков, всестороннее развитие физических качеств, решение функциональных возможностей организма.

Значительное омоложение, произошедшее в спорте в последние годы, создало предпосылки для осуществления начальных занятий с 4 лет.

Для того чтобы значительно повысить работоспособность (физическую и умственную), создать надежные предпосылки к укреплению здоровья обучающихся, необходимо заниматься не менее 4 часа в неделю.

Основные средства тренировочных воздействий:

- 1) Общеразвивающие упражнения;
- 2) Подвижные игры и игровые упражнения;
- 3) Игры и эстафеты на коньках с переноской предметов;
- 4) Спортивно-силовые упражнения (в виде комплексов тренировочных заданий).

Также к основным средствам тренировочных воздействий относятся упражнения для развития ловкости: эстафеты с предметами и без предметов, игры и упражнения для совершенствования игрового мышления, прыжки на коньках через препятствия, падения и подъёмы, выбивание шайбы у партнёра в падении, игра клюшкой лёжа и на коленях, эстафеты с обводкой стоек, с противодействующими партнёрами.

Подбор средств тренировочных воздействий зависит от возрастных особенностей и подготовленности обучающихся.

Основные методы выполнения упражнений: игровой; повторный; равномерный; круговой; соревновательный (в контрольных тренировках).

Основные средства и методы тренировки.

Главное средство в занятиях с детьми на этом этапе – подвижные игры. Для обеспечения технической и физической подготовки начинающих обучающихся лучше применять упражнения в комплекс, что дает возможность проводить занятия и тренировки более организованно и

целенаправленно. Комплексы желательно сочетать с проведением игр и игровых упражнений.

Выполнение упражнений, направленных на развитие быстроты, требует интенсивных движений и большего нервного напряжения. Их применяют в начале основной части тренировки после разминки, когда степень возбуждения центральной нервной системы оптимально и способствует освоению двигательных навыков, наиболее трудных по координации. Вслед за комплексами на быстроту включают и игровые управления, способствующие закреплению этого качества.

Комплексы упражнений, направленные на воспитание силы, используют во второй половине тренировки, так как к этому периоду наиболее полно проявляются функциональные возможности дыхания, кровообращения и других систем организма. Комплексы упражнений силовой направленности подкрепляют соответствующими силовыми играми и игровыми упражнениями.

Особенности обучения.

Обучение осуществляется на основе общих методических принципов. В большей степени используются методы обеспечения наглядности (показ упражнения, демонстрация наглядных пособий), методы упражнений - игровой и соревновательный. При изучении общеразвивающих упражнений, комплексов и игр показ должен быть целостным и образцовым, а объяснение - простым.

Содержание и методика работы по предметным областям, разделам (этапам, периодам) подготовки в рамках Программы.

Процесс подготовки обучающихся в рамках Программы строится в соответствии с задачами, стоящими перед каждой учебной группой.

Изучаемый материал Программы распределяется в определенной последовательности в соответствии с физической и технической подготовленностью обучающихся.

Учебно-тренировочный процесс в Учреждении планируется на основе учебных материалов. Планирование учебных занятий и распределение учебного материала в группах проводится на основании учебного плана и годового графика распределения учебных часов.

Теоретические занятия.

На теоретических занятиях обучающиеся знакомятся с развитием физкультурного и спортивного движения, получают знания по анатомии, физиологии, врачебному контролю, гигиене, теоретические сведения по технике волнения упражнений. Занятия по теории проводятся в форме лекций или бесед с демонстрацией наглядных пособий. Некоторые вопросы теоретической подготовки разбираются и на практических занятиях, на которые отводятся несколько минут для беседы.

При проведении теоретических занятий отдельные положения теории подкрепляются примерами из практики, иллюстрируются схемами, таблицами, рисунками и другими наглядными материалами.

Теоретическая подготовка имеет немаловажное значение в подготовке обучающихся. Теоретическая подготовка проводится в форме бесед, лекций и непосредственно в тренировке.

Практические занятия.

На практических занятиях наряду с разучиванием нового материала и закреплением пройденного, большое внимание уделяется повышению общей и специальной работоспособности обучающихся. Практические занятия различаются по цели (на учебные, учебно-тренировочные, тренировочные, контрольные и соревновательные); количественному составу обучающихся (индивидуальные, групповые, индивидуально-групповые); степени разнообразия решаемых задач (на однородные и разнородные).

Основной формой организации освоения практических навыков в рамках Программы является групповой урок. Типовой групповой урок состоит из трех частей: подготовительной, основной и заключительной. Для каждой части урока определяются свои задачи и средства их решения.

Подготовительная часть (20% занятия) - организация обучающихся, изложение задач и содержания урока.

Основная часть (70% занятия) - изучение или совершенствование техники упражнений или отдельных элементов.

Заключительная часть (10% занятия) - подведение итогов занятия.

Уборка инвентаря. Подведение итогов урока, замечания и задания тренера-преподавателя.

Помимо учебных занятий по расписанию обучающиеся должны ежедневно заниматься утренней зарядкой и самостоятельно выполнять задания тренера-преподавателя по совершенствованию и развитию необходимых физических и моральных качеств.

При проведении занятий и участии обучающихся в соревнованиях должны строго соблюдаться установленные требования к врачебному контролю, предупреждение травм, обеспечение должного технического и санитарно-гигиенического состояния мест занятий и соревнований, спортивного оборудования и инвентаря.

10. Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимо:

1. Материально-технические условия реализации Программы.

Требования к материально-техническим условиям реализации спортивно-оздоровительного этапа предусматривает:

наличие хоккейной площадки;
наличие тренировочного спортивного зала;
наличие тренажерного зала;
наличие раздевалок;

наличие 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) ¹;

минимальное обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения обучения по программе (*приложение №1 к Программе*);

обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно, обеспечение обучающихся питанием и проживанием в период проведения спортивных мероприятий осуществляется за счет средств СШ «Аллигатор» в соответствии с планом физкультурных и спортивных мероприятий отделений по видам спорта СШ «Аллигатор»;

медицинское обеспечение обучающихся, в том числе организация систематического медицинского контроля, осуществляется в соответствии с графиком СШ «Аллигатор».

2. Кадровые условия реализации Программы:

Программу реализует тренер – преподаватель, имеющий уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный № 62203), профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 22.05.2022, регистрационный № 68615), или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики

¹ с изменениями, внесенными приказом Минздрава России от 22.02.2022 № 106н (зарегистрирован Минюстом России 28.02.2022, регистрационный № 67554).

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).

Непрерывность профессионального развития тренеров-преподавателей организации обеспечивается повышением квалификации не реже 1 раза в 3 года (ст. 47 ФЗ № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»).

11. Воспитательная работа

Целью воспитания в группе является развитие личности, самоопределение и социализация обучающихся, формирование чувства патриотизма, гражданственности, бережного отношения к наследию народа Российской Федерации.

Задачами воспитания в программе являются:

- усвоение детьми знаний, норм общечеловеческих ценностей;
- формирование и развитие личностного отношения к нравственным нормам через вовлечение детей в физкультурно-спортивную деятельность, организацию их физической активности;
- укрепление здоровья, развитие физических качеств и повышение функциональных возможностей человека;
- приобретение обучающимися опыта общения, межличностных и социальных отношений в составе учебной легкоатлетической группы, применение полученных навыков.

Целевые ориентиры воспитания:

- освоение детьми понятия своей российской гражданской принадлежности, сознания единства с народом России;
- установка на здоровый образ жизни, на физическое совершенствование;
- формирование безопасного поведения, стремления к соблюдению норм спортивной этики, уважения к старшим, наставникам в спорте, дисциплинированности, трудолюбия, воли, ответственности;
- воспитание сознания ценности физической культуры, этики спорта;
- развитие интереса к спортивным достижениям и традициям, к истории российского и мирового спорта и спортивных достижений, стремления к командному взаимодействию, к общей победе.

Формы и методы воспитания

Воспитательная среда, в которой развиваются межличностные отношения на основе российских традиционных ценностей, формируется на учебно-тренировочных занятиях и в соревновательном процессе. Основной формой воспитания детей при реализации программы является организация их взаимодействия в период физической подготовки к участию в спортивных событиях, проводимых в учреждении, на уровне района, края.

На учебно-тренировочных занятиях, подготовках к спортивным соревнованиям и прочим практическим мероприятиям воспитательный маршрут ориентирован на усвоение обучающимися информации, получения опыта деятельности, применение правил поведения и коммуникации, формирование позитивного и конструктивного отношения к происходящим событиям, к членам своей команды, нацеленность на успех, победу.

В воспитательной деятельности с детьми используются такие методы воздействия как: убеждение (разъяснение, внушение), метод положительного примера, одобрения и осуждения, поощрения, развития самоконтроля и самооценки.

Условия воспитания, анализ результатов.

Воспитательный процесс осуществляется на базе учреждения дополнительного образования спортивной школы, расположенной в центре г. Кореновска, на площадках других организаций физической культуры и спорта при выездных соревнованиях. Помещения и территория соответствуют необходимым нормами и требованиям, предъявляемым к организации учебно-тренировочного процесса.

Для установления эмоционально-положительной среды в группе формируется обстановка доброжелательного отношения обучающихся друг к другу, оказывается психологическая поддержка.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, их отношением к тренерам-преподавателям, к выполнению своих заданий по программе. Анализ воспитания не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного обучающегося, а направлен на получение общего представления о результатах воспитания при реализации программы: что удалось достичь, что не удалось добиться, причины и возможные ориентиры на будущее.

Календарный план воспитательной работы

[illegible]

		-к Дню фигурного катания - к Дню Зимних видов спорта; - к Дню физкультурника	Февраль Август
1.2.	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - 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); Беседы с обучающимися на темы : - Условия для поддержания стабильного здоровья обучающихся; - режим, гигиена, спорт; - питание спортсмена; - сохранение и укрепление здоровья; - формирование культуры здорового человека; - о вреде и влиянии курения, алкоголя, наркомании на здоровье человека.	В течение года 1 раз в квартал
2.	Патриотическое воспитание обучающихся		
2.1.	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)	Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки Беседы на темы: - воспитание патриотических качеств; - долг, честь и достоинство; - государственная символика РФ; - гимн Российской Федерации.	В течение года 1 раз в квартал
2.2.	Практическая подготовка	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых	В течение года

	(участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	мероприятиях, спортивных соревнованиях, в том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях; - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные общеразвивающие программы; - просмотр международных и всероссийских соревнований по телевидению, в интернет-ресурсах.	Февраль Июнь Август Весь период
3.	Развитие творческого мышления		
3.1.	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов; - организация и проведение Дня открытых дверей.	В течение года Октябрь
4.	Работа с родителями (законными представителями) и обучающимися		
4.1.	Организация и проведение мероприятий, направленных на установление контакта с обучающимися и их родителями	- проведение родительских собраний; - индивидуальные беседы; - совместные мероприятия с обучающимися и их семьями. - осуществление контроля за успеваемостью обучающихся в общеобразовательных школах.	2 раза в год В течение года

12. Перечень информационного обеспечения

Список литературы

1. Быстров В.А. «Основы обучения и тренировки юных хоккеистов» - Тера Спорт 2000 г.,
2. Конева Е.В. Спортивные игры: правила, тактика, техника, 2004
3. Савин В.П. Теория и методика хоккея. Учебник для студентов высших учебных заведений. – М.: Академия, 2003.

Интернет ресурсы:

<http://www.edu.ru/> Российское образование Федеральный образовательный портал

<https://web.archive.org/web/20191121151247/http://fcior.edu.ru/> Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов

<https://web.archive.org/web/20191122092928/http://window.edu.ru/> Бесплатная электронная библиотека онлайн «Единое окно к образовательным ресурсам»

<http://www.minsport.gov.ru/> - Министерство спорта Российской Федерации.

<http://www.olympic.ru/> - Олимпийский Комитет России.

<https://kubansport.krasnodar.ru/> Министерство физической культуры и спорта Краснодарского края

<https://minobr.krasnodar.ru/> Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края

**Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми
для прохождения программы**

№ п/п	Наименование оборудования спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Ворота для хоккея	штук	2
2.	Мат гимнастический	штук	4
3.	Мяч баскетбольный	штук	4
4.	Мяч волейбольный	штук	4
5.	Мяч футбольный	штук	4
6.	Ограждение площадки (борта, сетка защитная)	комплект	1
7.	Рулетка металлическая (50 м)	штук	5
8.	Свисток судейский	штук	10
9.	Секундомер	штук	5
10.	Скамья гимнастическая	штук	4
11.	Стенка гимнастическая	штук	2
12.	Шайба	штук	60

Правила техники безопасности (ТБ) при проведении занятий по хоккею.

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по хоккею допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятиям по хоккею нужно соблюдать правила поведения, расписание учебно-тренировочных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по хоккею возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при падении на лед и при столкновении обучающихся друг с другом;
- травмы при ненадежном креплении коньков к обуви;
- потертости ног при неправильной подгонке хоккейных ботинок;
- травмы при падении во время проведения занятий.

1.4. При проведении занятий по хоккею должна быть медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.5. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации учреждения. При неисправности хоккейного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

1.6. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать установленный порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены.

1.7. при проведении занятий по хоккею соблюдать правила пожарной безопасности, знать пути эвакуации.

1.7. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по ТБ и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Занятия на хоккейной коробке необходимо проводить, в спортивной одежде и спортивной обуви, предназначенной для хоккеиста с использованием защитных средств.

2.2. Проверить исправность хоккейного инвентаря (коньки с обувью, клюшки).

2.3. Проверить готовность раздевалки, подготовленность льда, отсутствие в месте проведения занятий опасностей, которые могут привести к травме.

2.4. Провести целевой инструктаж обучающихся на хоккейной коробке.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Начинать выполнять упражнения на хоккейной коробке и заканчивать их только по команде тренера-преподавателя.

- 3.2. Не выполнять упражнения при неисправном инвентаре.
- 3.3. Соблюдать дисциплину, строго выполнять правила поведения.
- 3.4. Следить друг за другом и немедленно сообщать тренеру-преподавателю о первых же признаках обморожения, травм и прочих случаях.
- 3.5. Во избежание потертостей ног не одевать тесную или слишком свободную обувь.
- 3.6. Соблюдать установленные режимы занятий и отдыха.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

- 4.1. При поломке или порче хоккейного снаряжения и невозможности починить его, сообщить об этом тренеру-преподавателю и с его разрешения покинуть хоккейную коробку.
- 4.2. При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии, сообщить об этом тренеру-преподавателю.
- 4.3. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

5. Требования безопасности по окончании занятий

- 5.1. Проверить по списку наличие всех обучающихся.
- 5.2. Привести в порядок весь инвентарь, проверить его исправность.
- 5.2. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- 5.3. Снять спортивную одежду, обувь.
- 5.4. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Правила поведения и техника безопасности в зале

1. Общие требования безопасности.
 - 1.1. К занятиям в зале допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
 - 1.2. К занятиям в зале допускаются лица только в спортивной одежде и обуви с нескользкой подошвой.
 - 1.3. Запрещается заходить в зал в верхней одежде, грязной обуви.
 - 1.4. При занятиях в зале каждый должен помнить, что травмоопасность в зале повышается при несоблюдении ТБ (травмы рук, ног, суставов, ушибы, и т.д.), а также при работе на неисправных и неподготовленных спортивных снарядах и с неисправным инвентарем.
 - 1.5. Обучающиеся в зале должны быть ознакомлены с путями эвакуации в чрезвычайных случаях.
 - 1.6. При проведении занятий в зале должна быть медицинская аптечка, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой медицинской помощи при травмах, ушибах.
 - 1.7. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации учреждения. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.
 - 1.8. В процессе занятий занимающиеся должны соблюдать порядок проведения занятий и правила личной гигиены.
2. Требования безопасности перед началом занятий.
 - 2.1. Надеть соответствующую спортивную одежду, не стесняющую движения на всем протяжении спортивного занятия, надеть обувь, необходимую для занятия.
 - 2.2. Снять все предметы, представляющие опасность
 - 2.3. Не входить в зал без разрешения тренера-преподавателя.
 - 2.4. Не включать и не использовать самостоятельно электроприборы и электроосвещение.
 - 2.5. Не передвигать спортивное оборудование и снаряды без указания тренера-преподавателя.
3. Требования безопасности во время занятий.
 - 3.1. Не приступать к выполнению упражнений (разминки) без команды тренера-преподавателя.
 - 3.2. На занятиях быть внимательным друг к другу, не забывать о подстраховке друг друга во время выполнения сложных координационных упражнений.

- 3.3. Не выполнять без предупреждения упражнения, которые могут помешать или травмировать занимающимся рядом.
- 3.4. Перед выполнением упражнений необходимо убедиться в отсутствии близко стоящих к снаряду, тренажеру других присутствующих.
- 3.5. Не выполнять упражнения, не предусмотренные программой или не предусмотренные заданием тренера-преподавателя.
- 3.6. При плохом самочувствии и внезапном заболевании, в случае травматизма прекратить занятие и сообщить об этом инструктору, администратору Центра.
- 3.7. Соблюдать на занятии дисциплину, порядок и вежливость.
- 3.8. Не уходить с занятий без разрешения тренера-преподавателя.
- 3.9. При возникновении аварийных ситуаций, пожара по указанию тренера-преподавателя, без паники, покинуть помещение зала по путям эвакуации.

4. Требования безопасности по окончании занятий.

- 4.1. Под руководством тренера-преподавателя убрать спортивный инвентарь в отведенное для хранения место.
- 4.2. Организованно покинуть место проведения занятия (тренер-преподаватель выходит последним).
- 4.3. По окончании занятий необходимо соблюдать личную гигиену, вымыть с мылом руки, умыться или принять душ, переодеться в сухую, чистую одежду.

5. Запрещается:

- 5.1. В местах проведения занятий, в тренировочном зале, на катке и прилегающих к нему территориях **курить**.
- 5.2. Находиться на ледовом катке, зале и прилегающих к нему территориях в нетрезвом (наркотическом) состоянии, приносить и распивать спиртные напитки.
- 5.3. Выходить на ледовое поле с опасными предметами не по назначению на ледовом поле.
- 5.4. Выходить на лед во время подготовки льда.
- 5.5. Выходить на лед без тренера-преподавателя.
- 5.6. Долбить, ковырять лед коньками или другими предметами, а также бросать на лед любые предметы, выливать жидкость и сыпать какие-либо вещества.
- 5.7. Приводить на лед домашних животных.