

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
**«Детско-юношеская спортивная школа
«Академия хоккея»**
(МАУ ДО ДЮСШ «Академия хоккея»)

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2023г.
Протокол №1

Утверждаю:
Директор МАУ ДО
«ДЮСШ «Академия хоккея»
/М.В. Меньшакова/
2023г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ХОККЕЙ С ШАЙБОЙ»**
(92 ЧАСА 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ)

Возраст обучающихся 6 - 18лет
Срок реализации: 1 год

г. Кыштым

2023

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
**«Детско-юношеская спортивная школа
«Академия хоккея»
(МАУ ДО ДЮСШ «Академия хоккея»)»**

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2023г.
Протокол №1

Утверждаю:
Директор МАУ ДО
«ДЮСШ «Академия хоккея»
_____/М.В. Меньшакова/
« ____ » _____ 2023г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ХОККЕЙ С ШАЙБОЙ»
(92 ЧАСА 1 ГОД ОБУЧЕНИЯ)**

**Возраст обучающихся 6 - 18 лет
Срок реализации: 1 год**

г. Кыштым

2023

СОДЕРЖАНИЕ

1. Комплекс основных характеристик программы.....	2
1.1. Пояснительная записка.....	2
1.2. Цель и задачи программы.....	2
1.3. Структура системы многолетней спортивной подготовки.....	4
1.4. Учебный план.....	6
1.5. Планируемые результаты освоения Программы.....	8
2. Комплекс организационно-педагогических условий.....	11
3. Методическая часть.....	13
3.1. Содержание и методика работы по предметным областям, годам обучения....	13
3.2. Воспитательная работа.....	21
3.3. Восстановительные мероприятия.....	22
3.4. Антидопинговые мероприятия.....	23
3.5. Участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях.....	23
4. Требования к условиям реализации Программы.....	24
4.1. Требования к педагогическим кадрам.....	24
4.2. Требования к материально-технической базе.....	24
4.3. Материально-техническое обеспечение.....	25
4.4. Требования техники безопасности в процессе реализации Программы.....	25
5. Система контроля и зачетные требования.....	28
5.1. Методические указания по организации промежуточной аттестации обучающихся.....	30
6. Организационно-педагогические условия реализации Программы.....	33
7. Информационное обеспечение Программы.....	38
Приложения.....	41

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» (далее Программа) разработана в соответствии с:

- Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом Российской Федерации от 14 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- приказом Министерством спорта России от 12 октября 2015 г. № 932, «Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта хоккей»;
- приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- приказом министерства спорта Российской Федерации от 27 декабря 2013 года № 1125 «Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Распоряжением Правительства Челябинской области от 14.08.2019 года № 629 «О Концепции по созданию новых мест дополнительного образования детей в Челябинской области в 2020-2022 года и Комплекс мер (дорожной карте) по созданию новых мест дополнительного образования детей в Челябинской области на 2020-2022 в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование»;
- методическими рекомендациями ЧИППКРО Челябинской области «Проектирование дополнительных общеобразовательных программ различной направленности», 2018
- Уставом МАУ ДО «ДЮСШ «Академия хоккея»

Актуальность программы в том, что программа направлена не только на получение детьми образовательных знаний, умений и навыков по хоккею с шайбой, но и на обеспечение организации содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности детей в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности. Программа даёт возможность наиболее полно раскрыть способности каждого отдельно взятого ребёнка, способствует сохранению физического и психического здоровья обучающегося, его успешности, адаптации в обществе; формированию устойчивой привычки к систематическим занятиям; выявлению перспективных обучающихся для дальнейшего прохождения обучения в специализированных спортивных школах.

Педагогическая целесообразность программы «Хоккей с шайбой», в представленной программе выделена тремя содержательными направлениями, которые дают возможность постепенно углублять и расширять программный материал: обучение на коньках; обучение элементам хоккея; обучение игре в хоккей. 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.

1.2. Цель и задачи Программы

Цель программы: создание условий формирования основ здорового образа жизни, укрепление здоровья и разностороннее физическое развитие обучающихся через обучение игре хоккей с шайбой.

Задачи программы:

Образовательные:

1. обучение двигательным умениям и навыкам;
2. формирование культуры движений;
3. обогащение двигательного опыта техническими действиями и приемами в дисциплине «Хоккей с шайбой»;
4. обучение правилам поведения на занятиях;
5. обучение правилам судейства соревнований;

Развивающие:

1. развитие физические качества по средствам физических упражнений;
2. развитие мотивацию к самопознанию, самообразованию, саморазвитию;
3. укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
4. овладение двигательными умениями и навыками (техникой и тактикой);
5. овладение правилами судейства соревнований; приобретение соревновательного опыта.

Воспитательные:

1. воспитание интереса к занятиям хоккеем;
2. воспитание самостоятельности, настойчивости, выдержки, самообладания;
3. воспитание уважительного отношения к сопернику;
4. воспитание коммуникативных навыков;

Программа направлена на:

- создание условий для физического образования и развития детей;
- формирование знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, в том числе в избранном виде спорта;
- подготовку одаренных детей к поступлению в образовательные организации, реализующие профессиональные образовательные программы в области физической культуры и спорта;
- организацию досуга и формирование потребности в поддержании здорового образа жизни.

В основу программы положены нормативные требования по физической и специальной физической подготовке, научные и методические разработки, применяемые для начальной спортивной подготовки детей.

Программа содержит научно-обоснованные рекомендации по структуре и организации учебно-тренировочного процесса. Программный материал объединен в целостную систему спортивной подготовки.

Характеристика вида спорта – хоккей

Хоккей с шайбой - спортивная командная игра с клюшками и шайбой на специальной ледяной площадке. Цель игры – забить шайбу в ворота соперника. В матче побеждает команда, забросившая большее количество шайб.

В настоящее время хоккей культивируется во многих странах мира, активно развивается женский хоккей. Хоккей с шайбой (мужской и женский) входит в программу Олимпийских Игр.

Помимо хоккея с шайбой существуют еще три разновидности: хоккей с мячом, хоккей на траве и ринк-хоккей.

Благодаря тому, что занятия хоккеем проходят в постоянном движении, они благоприятно воздействуют на систему кровообращения и сердечную мышцу. Занятия хоккеем показаны даже детям с пороками сердца (при условии, что они будут проходить при постоянном контроле со стороны врача). Данная игра способствует развитию мускулатуры ног, рук, а также мускулатуры плечевого пояса. Доказано, что сухой лед полезен в борьбе и профилактике респираторных заболеваний и астмы.

Занятия хоккеем полезны тем, что: укрепляют здоровье; улучшают моторику; развивают выносливость, хорошую реакцию, координацию движения; укрепляют опорно-двигательный аппарат; позволяют выражать социально приемлемым способом агрессивность; улучшают функционирование легочной и сердечной систем; учат разрешать конфликты.

Отличительной чертой хоккея является уникальный набор действий, выполняемых хоккеистами во время тренировочного и соревновательного процесса не используемых в данной совокупности в других видах спорта. Эта игра требует от игроков высокой степени

физической подготовленности, силы, выносливости, быстроты зрительно – двигательной реакции. Игра в хоккей связана с длительной физической нагрузкой на весь организм спортсмена, сердечно – сосудистую и нервную систему, опорно-двигательный аппарат. Добиться такого рода адаптации организма и высокого спортивного мастерства, возможно только в результате многолетних тренировок.

Программа физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» рассматривается как одна из ступеней к формированию культуры здоровья и является неотъемлемой частью всего воспитательно-образовательного процесса. Основная идея программы заключается в мотивации обучающихся на ведение здорового образа жизни, в формировании потребности сохранения физического и психического здоровья как необходимого условия социального благополучия и успешности человека.

Программа предусматривает изучение истории, теории и практические приемы, владение техникой и тактикой, приобретение профессиональных умений и навыков, необходимых для игры в хоккей с шайбой.

Спортивная подготовка в хоккее – это круглогодичный, специально организованный процесс, направленный на физическое воспитание личности, приобретение знаний, умений и навыков в области спорта, постоянное физическое совершенствование.

Специфика организации тренировочного процесса заключается в сочетании нескольких принципов, ведущими из которых являются:

- принцип комплексности - предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон учебно-тренировочного процесса (физической, технико-тактической, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы и восстановительных мероприятий, педагогического и медицинского контроля) в оптимальном соотношении;
- принцип преемственности - определяет последовательность изложения программного материала по этапам годичного и многолетнего циклов и его соответствия требованиям спортивного мастерства, при обеспечении преемственности задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, роста показателей уровня подготовленности;
- принцип вариативности - предусматривает вариативность программного материала в зависимости от периода спортивной подготовки, возрастных и индивидуальных особенностей учащихся.

1.3. Структура системы многолетней подготовки хоккеиста

Система многолетней спортивной подготовки представляет собой единую организационную систему, обеспечивающую преемственность задач, средств, методов, форм подготовки обучающихся всех этапов подготовки. Она включает и предполагает решение следующих задач:

- укрепление здоровья;
- привитие стойкого интереса к занятиям спортом;
- формирование должных норм общественного поведения;
- выявление задатков, способностей и спортивной одаренности;
- повышение разносторонней физической подготовленности;
- развитие специальных физических качеств;
- приобретение и накопление соревновательного опыта;
- приобретение навыков в организации и проведении соревнований по общей и специальной физической подготовке;
- освоение допустимых тренировочных нагрузок;
- совершенствование технического и тактического мастерства;
- повышение функциональной подготовленности;
- стабильность участия в турнирах и соревнованиях различного уровня;
- сохранение здоровья.

Срок обучения по Программе - 3 года для детей от 6 до 18 лет, на спортивно-оздоровительном этапе.

При наборе в учебные группы обучения принимаются все желающие, не имеющие ограничений по здоровью. При зачислении детей на обучение требования к уровню их физической подготовленности не предъявляются.

В Программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию учебно-тренировочной работы, по отбору, комплектованию учебных групп в зависимости от возраста, уровня развития физических качеств и от специфических особенностей обучающихся.

Обучающийся должен знать:

- ✓ историю мирового и отечественного хоккея;
- ✓ специальную базовую терминологию игры хоккей;
- ✓ основные гигиенические требования на занятиях хоккеем;
- ✓ основные правила техники безопасности и правила игры в хоккей;
- ✓ основные понятия о физической культуре, как одном из эффективных средств всестороннего гармонического развития личности, сохранения и укрепления здоровья;
- ✓ базовые сведения о строении и функциях организма и основных ее системах;
- ✓ профилактические меры по предупреждению травматизма и заболеваний;
- ✓ методы самоконтроля и саморегуляции психического и физического состояния;
- ✓ основные и специальные элементы игры в хоккей;

Обучающийся должен уметь:

- ✓ качественно выполнять упражнения, предусмотренные программой;
- ✓ правильно распределять свои силы для выполнения физических нагрузок;
- ✓ поддерживать свой уровень физической подготовленности;
- ✓ применять полученные на занятиях знания и умения в соревновательной деятельности;

Обучающийся должен владеть следующими устойчивыми навыками:

- ✓ организованности, дисциплинированности и коммуникативности;
- ✓ самообладания и самоконтроля;
- ✓ умения свободно общаться с окружающими, толерантность;
- ✓ этического поведения спортсмена;
- ✓ ведения здорового и безопасного образа жизни;
- ✓ ответственности за общий результат.

Данная Программа способствует формированию ключевых компетенций обучающихся в различных сферах деятельности:

- планирование режима дня, правильное распределение физической нагрузки, составление сбалансированного рациона питания, регулирование двигательной активности и отдыха;
- самостоятельное выполнение требований личной гигиены и соблюдение правил техники безопасности как на занятиях хоккеем и физической культуры в целом, так и в повседневной жизни;
- владение техниками восстановления работоспособности в различных режимах физической и психологической нагрузки, а также методами закаливания организма и приемами укрепления и сохранения здоровья;
- готовность и способность к взаимодействию, вербальному и невербальному общению (жесты, движения);
- готовность к социальной адаптации, взаимопомощи и взаимоподдержке;
- готовность к самоанализу действий и проецированию результативности;
- самоорганизация своего свободного времени, досуга, активного отдыха, пропагандирующего здоровый образ жизни;
- соблюдение основ профилактики простудных и социальных заболеваний, бытового травматизма и безопасного поведения;
- идентификация себя как гражданина собственной страны – России;
- готовность представлять страну (малую родину) на спортивной арене.

1.4. Учебный план

Учебным планом предусматриваются следующие предметные области:

теория и методика физической культуры и спорта, общая и специальная физическая подготовка, избранный вид спорта, другие виды спорта и подвижные игры, технико-тактическая и психологическая подготовка, восстановительные мероприятия, самостоятельная работа обучающихся (по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха).

Учебный план Программы рассчитан на 46 недель. Продолжительность одного занятия рассчитывается в академических часах (45 мин) с учетом возрастных особенностей и года обучения и не может превышать 6 часов в неделю;

Цели:

- Содействие эффективной адаптации ребенка к новым условиям жизнедеятельности
- Формирование базовых двигательных навыков
- Формирование технических навыков
- Создание условий для познавательного развития
- Приобретение социально-коммуникативных навыков

Задачи:

- формирование и совершенствование базовых двигательных навыков;
- освоение базовых технических приемов хоккея;
- ознакомление с основами физической активности и здорового образа жизни;
- воспитание навыков самоорганизации и организованности;
- знакомство с правилами безопасности;
- формирование интереса к хоккею и потребности в систематических занятиях;
- развитие пространственного мышления;
- формирование навыков взаимодействия в группе.

№ п/п	Предметные области	Теоретические занятия	Практические занятия	Всего часов
1.	Общая физическая подготовка	5	28	33
2.	Специальная физическая подготовка	1	9	10
3.	Техническая подготовка	6	34	40
4.	Тактическая подготовка	1	6	7
5.	Система контроля и зачетные требования		1	1
6.	Участие в товарищеских встречах	-	-	-
	ИТОГО	13	79	92

Планируемые результаты освоения Программы:

Возможность педагогического мониторинга в течение нескольких лет, позволяющего выявить и устранить недостатки физического развития детей.

Критерии оценки на спортивно-оздоровительном этапе: стабильность состава обучающихся и посещаемость учебно-тренировочных занятий; динамика индивидуальных показателей развития физических качеств; освоение основ техники борьбы самбо; уровень освоения знаний гигиены и самоконтроля. Перевод обучающихся в группу следующего года обучения, выполнение контрольных нормативов общей и специальной физической подготовки.

Для подведения итогов реализации дополнительной общеразвивающей программы по хоккею, кроме товарищеских встреч, обучающиеся могут в зависимости от показываемых результатов участвовать в различных турнирах и областных соревнованиях в соответствии с планом работы спортивной школы.

Предметные результаты:

1. Уверенное выполнение базовых элементов хоккея с шайбой;

Обучающиеся будут знать:

1. Понятие «здоровье», «гигиена»;
2. Правила техники безопасности;
3. Терминологию дисциплины «хоккей с шайбой»;
4. Название базовых элементов вида спорта «хоккей с шайбой».

Обучающиеся научатся:

1. Соблюдать основные гигиенические требования;
2. Контролировать осанку при выполнении физических движений;
3. Запоминать последовательность движений при выполнении базовых элементов;
4. Технике катания на коньках
5. Технике ведения и владения клюшкой на льду
6. Развитию периферического зрения

У обучающихся будут сформированы:

1. Потребность к систематическим занятиям физической культурой;
2. Умение контролировать свои эмоции при занятии в группе;
3. Дисциплинированность и уважение к другим участникам образовательного процесса.

Метапредметные результаты:

1. Участие в разнообразных формах учебно-тренировочных занятий;
2. Владение широким спектром двигательных действий и физических упражнений физической культуры, активное их использование в самостоятельных занятиях.

Регулятивные универсальные учебные действия обучающегося:

1. Понимание задачи поставленной тренером-преподавателем на занятии.
2. Умение выполнить задание в полном объеме.
3. Умение применить полученные знания и навыки при выполнении самостоятельного задания.

Коммуникативные универсальные учебные действия обучающегося

1. Умение выполнять совместную коллективную деятельность;
2. Умение выражать эмоциональное состояние во время выполнения упражнений;
3. Умение проявлять инициативу и активность.

Познавательные универсальные учебные действия обучающегося

Формирование устойчивого интереса к изучению новых движений

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Организация учебно-тренировочного процесса по хоккею осуществляется на специализированном крытом катке, оборудованном ледовой ареной, спортивным уголком. Система подготовки представляет собой многолетний, специально организованный и управляемый процесс, основанный на научных и практических знаниях.

Режим занятий и наполняемость учебных групп спортивно-оздоровительного этапа:

Год обучения	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)	Минимальная наполняемость группы (чел.)	Максимальный объем учебной нагрузки в неделю (час/нед)	Максимальный объем учебной нагрузки в год
1 год	6-8 лет (9-10 лет)	10	2	92
2 год	9-10 лет (11-12 лет)	10	2	92
3 год	11-12 лет(13 -14 лет)	10	2	92

Формы и режим занятий по хоккею с шайбой определяются в зависимости от контингента обучающихся, задач и условий подготовки, содержанию учебного материала (теоретическое, практическое).

Формы проведения занятий:

- групповые – для всей группы, посвященные практическим тренировкам и обсуждению теоретических вопросов;
- индивидуальные консультации в рамках групповых занятий.

Учебный план составлен исходя из учебной нагрузки 6 часов в неделю на протяжении 3 лет обучения

Обучение проводится в форме групповых занятий. Такие занятия более эффективны, им присущ элемент соревнования. На групповых занятиях удобнее проводить воспитательную работу с обучающимися, используя влияние коллектива и обеспечивая тем самым лучшее освоение материала. Однако, занимаясь с учебной группой, тренер-преподаватель должен учитывать индивидуальные особенности каждого обучающегося как личности. В связи с этим методика обучения строится на сочетании группового и индивидуального подхода к обучающимся. При комплектовании учебных групп необходимо учитывать возрастные особенности обучающихся.

Особое внимание в учебно-тренировочном процессе уделяется воспитательной работе с обучающимися. Занятия носят воспитательный характер и направлены на развитие и воспитание морально-нравственных качеств, трудолюбия, дисциплинированности, развивают их общественную активность.

Содержание программы обучения хоккею с шайбой зависит от задач, стоящих перед курсом обучения; контингента обучающихся, их физической подготовленности и возраста; продолжительности курса обучения; условий для проведения занятий. Все перечисленные факторы тесно связаны между собой. От возраста и физической подготовленности зависят дозировка и нагрузки, методика преподавания, а также быстрота освоения учебного материала. Обучение детей младшего школьного возраста требует больше времени - из-за медленного освоения техники движений и трудностей, связанных с организацией занятий (они медленно раздеваются и одеваются, плохо знают команды, легко отвлекаются, быстро теряют интерес к заданию и т. д.). Лучше усваивается материал, если занятия в этом возрасте проходят в игровой форме. Кроме того, составление программы обучения зависит от количества занятий в неделю, продолжительности каждого занятия.

Таким образом, существенное влияние на содержание программы и методику проведения занятий оказывают:

- подбор упражнений;
- учебный материал и методические указания;
- задачи обучения должны соответствовать, возрасту и подготовленности обучающихся;
- продолжительности курса обучения и условиям для проведения занятий.

В программе заложены следующие **принципы**:

Принцип системности предусматривает тесную взаимосвязь содержания соревновательной деятельности и всех сторон тренировочного процесса: теоретической, физической, технической, тактической, психологической, интегральной подготовки; воспитательной работы; восстановительных мероприятий; педагогического и медицинского контроля.

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала согласно этапам многолетней подготовки в годичных циклах, его соответствие требованиям высшего спортивного мастерства, необходимость обеспечения в многолетнем тренировочном процессе преемственности задач, средств и методов подготовки, объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, роста показателей физической, технико-тактической и интегральной подготовленности.

Принцип вариативности предусматривает разнообразие тренировочных средств и нагрузок, отбираемых в зависимости от этапа многолетней подготовки, индивидуальных особенностей хоккеиста и направленных на решение определенной педагогической задачи при составлении программного материала для практических занятий.

Программа отличается тем, что:

- ❖ позволяет в условиях спортивной школы через дополнительное образование расширить возможности образовательной области «Физической культуры»;
- ❖ Программа ориентирована на развитие творческого потенциала и физических способностей обучающихся разных возрастных групп;
- ❖ содержание программы является основой для развития двигательных умений и навыков как групп обучающихся, так и отдельно взятых обучающихся;
- ❖ Программа имеет четкую содержательную структуру на основе постепенной, от простого к сложному, реализации задач.

Предусматривается охрана жизни и укрепление здоровья ребенка, поддержание у него бодрого, жизнерадостного настроения, профилактика негативных эмоций и нервных срывов; совершенствование всех функций организма, полноценное физическое развитие, воспитание интереса к различным доступным видам двигательной активности, формирование основ физической культуры, потребности в ежедневных физических упражнениях, воспитание положительных нравственно – волевых качеств.

Программа предусматривает расширение индивидуального двигательного опыта ребенка, последовательное обучение движениям и двигательным действиям: правильной ходьбе, бегу, умению прыгать с места, разным видам метания, лазанья, различным движениям с мячами.

Важными задачами программы является воспитание физических качеств, развитие координации, равновесия, умения ориентироваться в пространстве. В физическом воспитании большое место отводится физическим упражнениям, которые проводятся в игровой форме.

Занятия физической культурой в младшем возрасте призваны удовлетворить биологическую потребность растущего организма в двигательной деятельности, давать ребенку возможность ощущать радость и удовольствие от умения управлять своим телом.

Эффективность воспитательного процесса во многом определяется планированием, которое призвано обеспечить не только последовательное, рациональное распределение программного материала, но и освоение, а также непрерывное совершенствование выполнение всех видов физических упражнений.

Обучение проводится в форме теоретических и практических занятий, игр и соревнований.

Методы контроля и управления образовательно-воспитательным процессом - анализ результатов деятельности обучающихся, участие обучающихся в различных турнирах, соревнованиях, а также в Первенстве области по хоккею с шайбой.

Процесс обучения направлен на повышение функциональных возможностей организма обучающихся; совершенствование специальных физических качеств, технико-тактической и психологической подготовки; демонстрации высоких спортивных результатов; поддержание высокого уровня спортивной мотивации; сохранения здоровья.

3. МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

3.1. Содержание и методика работы по предметным областям, годам обучения

Программой по хоккею с шайбой предусматриваются следующие предметные области: теория и методика физической культуры и спорта, общая и специальная физическая подготовка, избранный вид спорта (хоккей), другие виды спорта и подвижные игры, технико-тактическая и психологическая подготовка, самостоятельная работа обучающихся (по индивидуальным планам обучающихся на период их активного отдыха), спортивно-оздоровительный лагерь.

3.1.1. Теория и методика физической культуры и спорта.

Теоретические знания позволяют хоккеистам правильно оценивать социальную значимость спорта, понимать объективные закономерности спортивной тренировки, осознанно относиться к занятиям, соблюдать гигиенический режим, проявлять творчество на тренировках и соревнованиях.

В области теории и методики физической культуры и спорта обучающиеся должны знать:

- историю развития хоккея;
- место и роль физической культуры и спорта в современном обществе;
- основы спортивной подготовки и учебно-тренировочного процесса;
- основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила избранного вида спорта, требования, нормы и условия их выполнения для присвоения разрядов и званий, антидопинговые правила);
- необходимые сведения о строении и функциях организма человека;
- гигиенические знания, умения и навыки;
- режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни;
- требования к оборудованию, инвентарю, спортивной экипировке;
- требования к технике безопасности при занятиях хоккеем.

В процессе специальной теоретической подготовки обучающимся необходимо дать научные обоснования и анализ техники и тактики игры в хоккей; нужно ознакомить обучающихся с методикой обучения спортивной технике и путями совершенствования в ней; полно раскрыть систему спортивной тренировки и ее общие основы.

Обучающийся должен:

- знать задачи, стоящие перед ним;
- уметь разбираться в средствах и методах воспитания силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости, в формах тренировочных занятий и планировании их, периодизации круглогодичной тренировки, ее содержании, планировании перспективной многолетней тренировки;
- знать роль спортивных соревнований и их варианты; особенности непосредственной подготовки к ним и участия в них;

Теоретические занятия имеют определенную целевую направленность: вырабатывать у обучающихся умение использовать полученные знания на практике в условиях учебно-тренировочных занятий и соревнований.

Теория и методика физической культуры и спорта (первый год обучения)

Тема 1. Физическая культура и спорт в России.

Тема 2. Влияние физических упражнений на организм спортсмена.

Тема 3. Зарождение хоккея в России, этапы развития хоккея.

Тема 4. Отечественные хоккеисты.

Тема 5. Понятие «гигиена».

Тема 6. Хоккей как вид спорта и средство физического воспитания.

Тема 7. Особенности структуры и содержания игровой деятельности.

3.1.2.Общая физическая подготовка

Общая физическая подготовка (ОФП) - это педагогический процесс, направленный на воспитание основных физических качеств и развитие функциональных возможностей организма, создающих нормальные условия для совершенствования основных физических качеств человека.

Основные задачи ОФП:

1. Повысить уровень всестороннего физического развития.
2. Достигнуть гармонического развития мышц в соответствии с избранным видом спорта.
3. Повысить общую выносливость.
4. Повысить быстроту выполнения разнообразных упражнений.
5. Улучшить подвижность в суставах.
6. Увеличить ловкость и координацию движений.
7. Приобрести умение выполнять движения без излишнего напряжения.

Компоненты общей физической подготовки:

1. Гимнастические упражнения с движениями частей собственного тела.

Упражнения для рук и плечевого пояса.

Сгибание и разгибание рук, махи, вращения, отведения и приведения, поднимание и опускание, рывковые движения.

Упражнения без предметов и с предметами (набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками).

Упражнения, выполняемые в различных положениях: стоя, сидя, лежа, на месте и в движении, в прыжке, самостоятельно и с партнером.

2. Упражнения для развития силовых качеств:

Упражнения с преодолением веса собственного тела: подтягивание на перекладине, отжимание в упоре лежа, приседание на двух ногах. Упражнения с партнером: преодоление его веса и сопротивления. Упражнения со снарядами: гантелями, набивными мячами, металлическими палками, эспандерами. Упражнения на снарядах: на различных тренажерах, гимнастической стенке. При воспитании силовых способностей у детей прежде всего следует избегать несоответствующих возрасту и подготовленности упражнений: чрезмерно больших нагрузок на позвоночник; длительных односторонних напряжений мышц туловища; перенапряжение опорно-связочного аппарата при прыжках, силовых упражнениях; длительных мышечных усилий. Одновременно с воспитанием силы необходимо вырабатывать у занимающихся способность расслаблять мышцы после их напряжения. Силовые упражнения нужно дополнять упражнениями, активизирующими дыхание и кровообращение.

3. 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. Бег на короткие дистанции (15-100м) с возможно максимальной скоростью. Выполнение простых общеразвивающих упражнений с возможно максимальной скоростью. Проведение эстафет стимулирующих выполнение различных двигательных действий с максимальной скоростью.

4. Упражнения для развития скоростно-силовых качеств:

Различные прыжковые упражнения, прыжки на одной или двух ногах, прыжки через скамейку, прыжки в высоту. Прыжки в длину. Прыжки и бег в высоком темпе. Общеразвивающие движения рук с небольшими отягощениями, выполняемые с большой скоростью. Отжимание из упора лежа в высоком темпе. Метания мяча. Упражнения со скакалками.

5. Упражнения для развития координационных качеств:

Выполнение относительно сложных координационных упражнений с разной направленностью и частотой движения рук и ног. Акробатические упражнения: кувырки вперед и назад, в стороны, перевороты. Жонглирование футбольного мяча ногами, головой. Подвижные игры и игровые упражнения, в которых игроку приходится быстро перестраиваться из-за внезапно меняющихся игровых ситуаций.

6. 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 на ковриках, с гимнастической палкой или у гимнастической стенки. Для повышения эффективности развития гибкости полезно выполнять упражнения с помощью партнера, который помогает увеличить амплитуду движения, уменьшить или увеличить суставные углы.

7. Упражнения для развития общей выносливости для детей с 12 лет:

Бег с равномерной переменной интенсивностью 800, 1000, 3000 м. Спортивные игры – преимущественно футбол, баскетбол. Важным критерием развития общей выносливости является режим выполнения упражнений. Указанные упражнения следует выполнять в аэробном режиме на частоте сердечных сокращений, не превышающих 160 ударов в минуту. Из существующих методов применения упражнений для развития выносливости наиболее приемлемым является повторный метод чередования нагрузки с паузами отдыха. Может быть использован переменный метод тренировки, заключающийся в чередовании нагрузок повышенной, средней и малой интенсивности (без пауз отдыха) и равномерный метод

тренировки, заключающийся в выполнении всего запланированного объема работы в одинаково постоянном темпе.

8. Упражнения для развития ловкости:

Беговые и прыжковые упражнения. Акробатика

3.1.3. Специальная физическая подготовка

Специальная физическая подготовка (СФП) – педагогический процесс, направленный на развитие специальных физических качеств для данного вида спорта.

Задачи СФП:

1. Развивать и повышать уровень специальных физических качеств.
2. Улучшить координацию, быстроту двигательных реакций, движений и действий.
3. Приобрести и поддерживать необходимую гибкость.
4. Приобрести специальную ловкость.
5. Овладеть свободным выполнением движений и действий без напряжения.

Компоненты специальной физической подготовки:

1. Упражнения для развития специальных силовых и скоростно-силовых качеств мышц ног, определяющих эффективность выполнения передвижения хоккеистов на коньках в игровой деятельности, а также ряда других технико-тактических приемов:

- Имитация бега на коньках в основной посадке хоккеиста, на месте и в движении.
- То же с отягощением на голеностопном суставе и поясе.
- Прыжковая имитация в движении (с ноги на ногу).
- С переходом на движение в глубоком приседе и обратно в основную посадку.
- Бег на коньках на высокой скорости с резким торможением и стартом в обратном направлении.
- Бег на коньках с перепрыгиванием через препятствия (через клюшки) толчками одной или двумя ногами.
- Старт и движение вперед с возрастанием мышечных напряжений до максимума, то же с ведением шайбы.
- Упражнение с партнером. Исходное положение – партнеры располагаются лицом в сторону движения на расстоянии друг от друга на длину клюшек, которые один держит обеими руками за рукоятки, а другой за крючки. Задача первого – развить максимальную скорость, задача второго затормозить движение. И тот и другой проявляют максимальные мышечные напряжения ног.

2. Упражнения специальной силовой и скоростно-силовой направленности, способствующие успешному ведению контактных силовых единоборств.

- Упражнения с партнером: петушиный бой с выполнением толчковых движений плечом, грудью и задней частью бедра.
- Упражнение 1:1 хоккеист, в движении стремится обыграть партнера, располагающегося спиной к своим воротам. Задача обороняющегося не пропустить партнера с помощью контактного силового единоборства. Упражнение выполняется нападающим без шайбы и с шайбой.

3. Упражнения специальной скоростной направленности.

- Старты с места и в движении на коньках по зрительному и звуковому сигналу.
- Различные игровые упражнения с реакцией на движущийся объект: шайбы, партнера, игрока-соперника.
- Бег на короткие дистанции (10-30 м) с возможной максимальной скоростью.
- Выполнение различных игровых приемов (бросков, ударов, ведения шайбы) с возможно максимальной быстротой.
- Разновидности челночного бега (3X18 м, 6X9 м и др.) с установкой на максимально – скоростное пробегание.

- Проведение различных эстафет, стимулирующих скоростное выполнение различных двигательных действий.

4. Упражнения для развития специальных координационных качеств.

- Выполнение относительно координационно-сложных упражнений с разной направленностью и асинхронным движением рук и ног. Например, при ведении шайбы и обводке в сложной игровой ситуации имеет место асинхронная работа рук и ног – когда руками выполняют частые движения, а ногами относительно медленные.
- Акробатические упражнения: кувырки вперед, в стороны.

5. Упражнения для развития гибкости.

- Общеразвивающие упражнения с клюшкой с большой амплитудой движений: махи, наклоны, повороты, выкруты до небольших болевых ощущений. Для повышения эффективности развития гибкости можно выполнять упражнения с небольшими отягощениями с помощью партнера, который помогает увеличить амплитуду движения, уменьшить или увеличить суставные углы.
- Упражнения на развитие гибкости с использованием борта хоккейной коробки.

6. Упражнения с классическим имитатором противника «слоник»:

- Проведение шайбы под имитатором противника.

7. Упражнения с тренажёром «змея»:

- Перекладывание шайбы в движении и на месте.

8. Упражнения с отбойно-возвратным брусом:

- Передача шайбы в брус и прием, стоя на месте.
- Передача шайбы в брус и прием в движении.
- Передача шайбы в брус и прием с последующим броском в ворота.
- Передача шайбы в брус и прием с последующим финтом вокруг бруса.

3.1.4. Техническая подготовка

Специальная техническая подготовка (СТП) – педагогический процесс, направленный на овладение базовой техники хоккея с шайбой.

Задачи СТП:

1. Обучение базовой техники хоккея с шайбой.
2. Овладеть свободным выполнением движений без напряжения.
3. Овладеть способами самостраховки при падении.

Компоненты специальной технической подготовки:

1. Правильное падение и подъем

В положении стоя вытянуть руки на уровне глаз. Опустить подбородок, голова прямо. Согнуть колени, продолжить падение, пока ученик не опустится на лед, сохраняя руки в прежней позиции, они не должны касаться льда.

Поставить одну стопу между руками, затем проделать то же самое со второй ступней, стараясь сбалансировать вес в центре обеих стоп. Подниматься медленно, глядя на тренера, принимая положение стоя.

2. Специальные упражнения на льду для обучения технике катания на коньках.

Скольжение на двух коньках в основной стойке хоккеиста за счет переноса центра тяжести тела вперед и в сторону. Скольжение на двух коньках с варьированием основной стойки. Толчок правой ногой – скольжение на двух. Попеременный толчок правой и левой ногой – скольжение на двух. Скольжение на левой (правой) ноге, отталкиваясь правой (левой) ногой, с заданием продвинуться вперед как можно дальше за одно отталкивание. Выполнение всевозможных упражнений на равновесие. Одноопорное скольжение в положении «ласточка». Прохождение прямой после предварительного разбега с заданием сделать наименьшее количество шагов. Ходьба и бег с сильно развернутыми в стороны носками. Разучивание стартового положения. Объезд препятствий в двухопорном положении. То же самое, только отталкиваясь одной ногой. Переступание на месте вправо, влево. Бег на коньках по виражу.

Методические указания. В упражнениях акцентируется внимание на стойку (посадку) хоккеиста, перенос центра тяжести с одной ноги на другую и сохранение равновесия.

В спортивно-оздоровительных группах необходимо освоить следующие *элементы техники владения коньками* и целесообразно это сделать в такой последовательности:

- Основная стойка хоккеиста;
- Скольжение на двух ногах, не отрывая коньков 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) дуге на внутреннем (внешнем) ребре лезвия конька;
- Бег с изменением направления (переступание);
- Торможение одной ногой без поворота корпуса – «полуплугом»;
- Торможение двумя ногами без поворота корпуса - «плугом»;
- Прыжок толчком двух ног;
- Прыжок толчком одной ноги;
- Торможение с поворотом корпуса на 90° на параллельных коньках правым (левым) боком;
- Бег с 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»;
- Бег спиной вперед по прямой попеременным толчком каждой ноги;
- Торможение двумя ногами в положении «спиной вперед» без поворота корпуса – «плугом»;
- Бег спиной вперед по дуге переступанием в «удобную» (неудобную) сторону;
- Торможение одной ногой правым (левым) боком с поворотом на 90°.

3. Техника владения клюшкой.

В процессе начального обучения технике владения клюшкой используются координационные упражнения, подводящие упражнения, специальные упражнения на технику владения клюшкой. В обучение включается множество подвижных игр и эстафет, в ходе которых закрепляются и совершенствуются навыки владения клюшкой.

4. Координационные упражнения с клюшкой:

- Перемещение клюшки, находящейся в двух руках, вокруг корпуса, вперед и назад, за спину, в одну и в другую сторону, над головой и к коленям;
- Перешагивание через рукоятку клюшки вперед и назад, вправо и влево;
- Вращательные движения клюшкой, хватом одной рукой за середину рукоятки, вокруг корпуса, вправо и влево, вперед и назад, сначала с сильной, а затем слабой рукой; перехваты клюшки из одной руки в другую, подбрасывание клюшки вверх, опускание на пол; поочередное перемещение на полу перед собой, назад и т.д.;
- Перехватывание кистями по клюшке, вверх и вниз перед собой, с боков, сзади корпуса.

Методические указания. Все указанные группы упражнений, а равно и те, что подберут тренеры, выполняются сначала стоя на месте, потом в различных позах: сидя, на одном и двух коленях, в приседе и т.д.

Данные упражнения по мере освоения занимающимися выполняются в различных сочетаниях (например, вращение с перехватами). Следующим этапом обучения является сочетание указанных комплексов упражнений с одновременными переступаниями вперед – назад, вправо – влево. При

этом следует добиваться автономного (независимого) движения рук и ног, которые не совпадают по ритму и направлениям.

По мере освоения координационных упражнений с клюшкой следует включать в занятия подводящие упражнения

5. Специальные упражнения на технику владения клюшкой:

- Перемещение шайбы, стоя на месте, вперед и назад, вправо и влево мягким движением рук, сохраняя неподвижное положение корпуса. Ведение шайбы по контуру буквы «П», цифры 8. Ведение шайбы, изменяя амплитуду движения рук и темп их работы;
- Ведение шайбы в движении вперед и назад, не отрывая крюка, толкая перед собой, сбоку, по дугам, с закрыванием корпуса, по восьмерке в движении, «короткое» (рубка или дриблинг) ведение шайбы; асинхронная работа рук и ног по ритму и направлению;
- Ведение в разных направлениях при различных исходных положениях (стоя на коленях, сидя, лежа и т.д.).

Все виды движений с клюшкой и шайбой хорошо сочетать также с имитацией выполнения движения клюшкой без шайбы. Укреплять и совершенствовать навыки и умения, связанные с техникой владения клюшкой, лучше всего в подвижных играх и эстафетах.

После освоения техники передач и бросков с удобной стороны приступают к обучению действиям с неудобной стороны.

Одновременно с разучиванием передачи ведется и разучивание приема шайбы. В процессе начального ознакомления, по мере освоения техники передвижения на коньках, координационных, подводящих и специальных упражнений с клюшкой на земле, хоккеисты приступают к занятиям на льду. При этом упражнения, связанные с разучиванием техники владения клюшкой, выполняются в такой же последовательности, как и на земле.

Методические указания. На начальном этапе тренировочного процесса необходимо освоить следующие технические приемы владения клюшкой на льду и целесообразно это сделать в следующей последовательности:

- «Широкое» ведение шайбы с перекладыванием клюшки слева – направо;
- Бросок шайбы с длинным замахом;
- Передача шайбы броском с длинным замахом;
- Прием шайбы;
- «Короткое» ведение шайбы с перекладыванием клюшки слева – направо;
- Бросок шайбы с неудобной стороны с длинным замахом;
- Передача шайбы с неудобной стороны броском с длинным замахом;
- «Широкое» ведение шайбы с перекладыванием клюшки по диагонали;
- То же – вперед – назад;
- «Короткое» ведение шайбы с перекладыванием клюшки по диагонали;
- То же – вперед – назад.

Знакомство с перечисленными техническими приемами необходимо начинать сначала на месте и в медленном темпе, по мере их освоения быстрота выполнения упражнений повышается. Добившись определенной степени их освоения, приступать к выполнению приемов техники владения клюшкой в движении, постепенно повышая скорость.

Освоив броски шайбы на льду, нужно приступить к ознакомлению с техникой выполнения бросков шайбы по воздуху. Затем изучают: ведение шайбы толчками, ведение без отрыва клюшки от шайбы, ведение шайбы коньком.

Далее изучают:

- Отбор шайбы ударом по клюшке сбоку (выбивание);
- Отбор шайбы ударом клюшки снизу (подбивание);
- При помощи перехвата и прижатия шайбы к борту клюшкой.
- После освоения основных элементов техники владения коньками и клюшкой следует ознакомить юных хоккеистов с выполнением некоторых финтов:

- Финт с изменением направления движения;
- Финт с изменением скорости движения;
- Финт на бросок.

А также, занимающимся хоккеем следует прививать навыки ведения силовой борьбы. Изучение силовых приемов: остановка противника грудью, толчок противника плечом, толчок противника бедром.

3.1.5.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 партнера, соперника. Умение вести шайбу и выполнить бросок по воротам, обводку соперника, силовые приемы. Выполнение тактических заданий на игру. Умение выполнять тактические действия на определенных 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 определенном 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. 28

Изучение основных обязанностей игроков по выполняемым игровым амплуа в команде

Другие виды спорта и подвижные игры

Хоккей - динамический вид спорта, требующий от спортсмена высокого уровня физической подготовленности. Физическая подготовка является базой всего тренировочного процесса. Средствами физической подготовки хоккеиста могут являться упражнения из различных видов спорта, таких как легкая атлетика, спортивная акробатика и гимнастика, тяжелая атлетика, спортивные и подвижные игры.

Подвижные игры. Игры с различными предметами, с элементами сопротивления, с прыжками, с метаниями, с преодолением препятствий. Эстафеты встречные и круговые.

Спортивные игры: футбол и другие.

Футбол. Удары по мячу ногой (левой, правой) на месте и в движении, выполнение ударов после остановки, ведение мяча, остановка мяча, овладение простейшими навыками командной борьбы. Двусторонние игры по упрощенным правилам.

Спортивная акробатика и гимнастика успешно развивают координацию движений, силу, ловкость и быстроту.

Акробатические упражнения: различные кувырки (вперед, назад, боком), стойка на лопатках, стойки на голове и руках, мосты из различных исходных положений, полушпагаты, шпагаты, колеса и т.д.

Различные упражнения на гимнастической стенке и скамейке, индивидуальные и парные. Простейшие прыжки, висы, упоры, подъемы и соскоки, выполняемые на гимнастических снарядах.

Легкая атлетика. Различные виды ходьбы, бега и прыжков. Бег на дистанции. Ходьба.

3.2. Воспитательная работа

Личностное развитие детей - одна из основных задач учреждений дополнительного образования. Высокий профессионализм педагога способствует формированию у ребенка способности выстраивать свою жизнь в границах достойной жизни достойного человека.

Главной задачей в занятиях с юными хоккеистами является воспитание высоких моральных качеств, преданности России, чувства коллективизма, дисциплинированности и трудолюбия. Важную роль в нравственном воспитании играет непосредственно спортивная деятельность.

В процессе воспитания формируются убеждения и установки личности, которые в значительной мере влияют на поступки и действия. Они формируются на базе знаний и опыта и, в то же время, становятся мотивами действий, правилами поведения и основой для суждения и оценки.

Воспитание дисциплинированности следует начинать с первых занятий, строгое соблюдение правил тренировки, умение работать в команде и быть ее частью, четкое исполнение указаний тренера, хорошее поведение в школе и дома - на все это обращать внимание педагог. Большое воспитательное значение имеет личный пример и авторитет педагога. Педагог, работающий с обучающимися, должен быть особенно принципиальным и честным, требовательным и добрым, любить свою работу, всегда доводить начатое дело до конца, постоянно учиться.

Специфика воспитательной работы в учреждении дополнительного образования состоит в том, что педагог может проводить ее во время учебных занятий и дополнительно на тренировочных сборах, и в спортивно-оздоровительных лагерях, где используется и свободное время.

На протяжении многолетней спортивной подготовки педагог формирует у обучающихся патриотизм, нравственные качества (честность, доброжелательность, самообладание, дисциплинированность, терпимость, коллективизм) в сочетании с волевыми (настойчивость, аккуратность, трудолюбие).

Воспитательные средства:

- личный пример и педагогическое мастерство педагога;
- высокая организация учебно-тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия, взаимопомощи, творчества;
- дружный коллектив;
- система морального стимулирования;
- наставничество опытных спортсменов.

Основные воспитательные мероприятия:

- просмотр соревнований (фото, видео) и их обсуждение;
- регулярное подведение итогов спортивной деятельности обучающихся;
- проведение тематических праздников;
- встречи со знаменитыми спортсменами;
- трудовые сборы и субботники;
- участие в спортивно-массовых мероприятиях школы и города.

Важное место в воспитательной работе отводится соревнованиям. Наряду с воспитанием у занимающихся понятий об общечеловеческих ценностях, серьезное внимание обращается на этику спортивной борьбы. Здесь важно сформировать у занимающихся должное отношение к запрещенным приемам и действиям (допинг, неспортивное поведение, взаимоотношения игроков, тренеров, судей и зрителей).

Перед соревнованиями необходимо настраивать спортсменов не только на достижение победы, но и на проявление в ходе соревнований морально-волевых качеств.

Соревнования могут быть средством контроля успешности воспитательной работы в коллективе. Наблюдая за особенностями поведения своих подопечных во время их выступления на ковре, тренер может делать выводы о сформированности у них необходимых качеств.

3.3. Восстановительные мероприятия

В современном хоккее в связи с тенденцией увеличения соревновательных и тренировочных нагрузок проблема восстановления работоспособности приобретает особо важное значение. Быстрой адаптации спортсменов к воздействию тренировочных и соревновательных нагрузок способствуют специальные восстановительные мероприятия. Кроме того, от них во многом зависит сохранение и укрепление здоровья юных хоккеистов, их спортивное долголетие, повышение физической работоспособности, уменьшения спортивного травматизма.

Средства и мероприятия восстановления принято подразделять на педагогические, медико-биологические, психологические и гигиенические. Наиболее эффективно комплексное проведение восстановительных мероприятий, с учетом конкретных физических и психических нагрузок, этапа годичного тренировочного цикла, состояния здоровья хоккеистов, уровня подготовленности и индивидуальных особенностей.

Педагогические мероприятия – основная часть системы управления работоспособностью спортсменов в процессе тренировки и выступлений в соревнованиях. К педагогическим мероприятиям восстановления относятся:

- рациональная организация и программирование тренировочных занятий, предусматривающие оптимальные соотношения различных видов и направленности физических нагрузок и их динамику, сочетание нагрузок и отдыха с учетом состояния и возможностей тренируемых, задач и особенностей конкретного тренировочного этапа;
- целесообразное построение одного тренировочного занятия, предполагающее оптимальное сочетание различных тренировочных нагрузок и отдыха, подбор соответствующих средств и методов, использование эффекта переключения с одних упражнений на другие, соотношение активного и пассивного отдыха, создание оптимального эмоционального фона;

- рациональная организация различных межигровых циклов, с оптимальным чередованием развивающих, поддерживающих и восстанавливающих тренировочных занятий.

Медико-биологические мероприятия включают в себя питание, витаминизацию, физиотерапевтические средства.

Рациональное питание – одно из средств восстановления работоспособности. Оно должно быть калорийным, разнообразным, полноценным, с оптимальным соотношением белков, жиров и углеводов, минеральных солей, витаминов и микроэлементов.

Физиотерапевтические средства восстановления включают в себя водные процедуры (ванна, душ), баню, сауну, физические факторы (электро-, свето- и баропроцедуры), массаж. Баня и сауна способствуют ускорению восстановительных процессов в сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечных системах благодаря повышению обмена, улучшению микроциркуляции и перераспределению крови. Для восстановления и профилактики повреждений и заболеваний опорно-двигательного аппарата используют физические факторы воздействия: электропроцедуры, баровоздействие и светолечение.

Эффективным средством восстановления и лечения травм в хоккее служит массаж – общий, сегментарный и точечный. Он выполняется руками и с помощью инструментов (гидро- и вибромассаж).

Психологические средства восстановления. Напряженные тренировочные и соревновательные нагрузки утомляют психику хоккеиста и ведут к снижению его работоспособности. Рациональное использование психологических средств восстановления снижает психологическое утомление и создает благоприятный фон для восстановления физиологических систем организма.

В качестве психологических средств восстановления используют различные психотерапевтические приемы регуляции психического состояния спортсмена: аутогенную и психорегулирующую тренировки, внушение, сон, приемы мышечной релаксации, различные дыхательные упражнения. Монотонность соревновательной и тренировочной деятельности вызывают у хоккеистов отрицательные психические реакции, выражающиеся в снижении работоспособности, а главное, в безразличном отношении к исходу игр. В такой ситуации необходимо изменить обычное течение тренировочного процесса, исключить монотонность, однообразие за счет включения новых, необычных упражнений, изменения мест занятий, использования факторов, повышающих эмоциональный фон (зрители, музыка и др.). Определенное значение как психологическое средство имеют массовые психорегулирующие мероприятия до игры и после нее: посещение театра, различные развлекательные программы встречи с интересными людьми.

К гигиеническим средствам восстановления относятся: требования к режиму дня, труда, учебных занятий, отдыха, питания. В хоккее чрезвычайно важное значение имеет обязательное соблюдение гигиенических требований к местам занятий, помещениям отдыха и инвентарю (температура, вентиляция, освещенность, качество бортов и льда хоккейной арены).

3.4. Антидопинговые мероприятия

В настоящее время перед спортивными образовательными учреждениями, деятельность которых направлена на развитие спорта высших достижений, стоит задача проведение профилактической работы по формированию знаний об антидопинговых правилах и поиска эффективных форм противодействия применению допинга в спорте.

В разделе теоретическая подготовка настоящей Программы предусмотрены темы по профилактике применения допинга в спорте. Содержание материала включает в себя как теоретические аспекты проблемы применения допинга в спорте, так и формирование

практических навыков соблюдения антидопинговых правил и нравственных убеждений у спортсмена.

3.5. Участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях

Программа предусматривает участие обучающихся в различных товарищеских встречах, турнирах, первенствах и др. соревнованиях.

Различные состязания по хоккею с шайбой решают важные учебно-спортивные и воспитательные задачи. Игры – лучшее средство обмена опытом для спортсменов и тренеров. Игры дают возможность наблюдать за действиями обучающихся в условиях максимального напряжения их сил, когда предоставлена возможность проявлять все свои качества, приобретенные на занятиях. Спортсмены в условиях одних соревнований могут получить такой прирост знаний, умений и навыков борьбы, который в обычных условиях учебно-тренировочной работы невозможен.

В целях выявления уровня развития способностей и личных качеств обучающихся в соответствии с ожидаемыми результатами общеразвивающей программы «Хоккей с шайбой» проводятся: стартовая диагностика, текущий контроль и итоговая аттестация в виде отчетных мероприятий (тестирование общефизических качеств, участие в физкультурно-массовых мероприятиях спортивной направленности).

На первом году обучения во второй половине года проводятся товарищеские встречи, подводятся итоги учебно-тренировочной работы на первом году обучения; обучающиеся подводятся к различным турнирам и соревнованиям; практически усваиваются правила игры (выход на арену, экипировка хоккеиста, гигиена и т.п.). После игр определяются задачи на дальнейший период работы. К участию в играх допускаются обучающиеся, которые систематически посещают учебно-тренировочные занятия, прошли тщательное медицинское освидетельствование и хорошо успевают в школе.

Воспитательное значение соревнований заключается в том, что присутствие зрителей, трудные условия спортивной борьбы налагают на спортсмена большую ответственность за свои действия не только на льду, но и вне арены, требуют от него собранности, дисциплинированности и умения подчинить личные интересы интересам команды. Соревнования способствуют воспитанию у хоккеистов таких важных черт характера, как умение работать в команде, настойчивость, воля к победе, смелость, самообладание, чувство дружбы, товарищества и уважения к своим противникам. Они являются своеобразным экзаменом на морально-волевую подготовленность.

4. Требования к условиям реализации Программы

4.1. Требования к педагогическим кадрам

Для осуществления учебно-тренировочного процесса Учреждение должно обеспечить соблюдение требований к условиям реализации Программ, в том числе кадрам, материально-технической базе.

1. Требования к кадрам Учреждения, осуществляющих учебно-тренировочный процесс:

- Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, определенным Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей педагогических работников в системе образования», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 761-н (Зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054) (далее - ЕКСД), в том числе следующим требованиям:

- наличие среднего профессионального образования или высшего профессионального образования без предъявления требований к стажу работы по специальности;

- количественный расчет кадровой потребности осуществляется на основе тарификации тренерского состава, планово-расчетных показателей количества лиц, осуществляющих спортивную подготовку, и режима эксплуатации спортивных сооружений, на которых осуществляется реализация Программы.

4.2. Требования к материально-технической базе

Для осуществления учебно-тренировочного процесса необходимо:

- наличие хоккейной площадки;
- наличие игрового зала;
- наличие тренажерного зала;
- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для учебных занятий;
- обеспечение спортивной экипировкой (минимальные требования для групповых и индивидуальных занятий);
- обеспечение проездом к месту проведения спортивных мероприятий.
- организацию систематического медицинского контроля,

4.3. Материально-техническое обеспечение

Приложение №11 к федеральному стандарту спортивной подготовки по виду спорта хоккей. Приказ Министерства спорта РФ от 16 ноября 2022 г. N 997 "Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта "хоккей"

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
<i>Оборудование и спортивный инвентарь</i>			
1.	Ворота для хоккея	Штука	4
2.	Клюшка для игры в хоккей (вратари)	Штука	4
3.	Ограждение площадки (борта, сетка защитная)	Комплект	1
4.	Шайба	Штука	60
<i>Дополнительное и вспомогательное оборудование и спортивный инвентарь</i>			
5.	Мячи набивные (медицинбол) 1 кг	Штука	4
6.	Мячи набивные (медицинбол) 3 кг	Штука	5

Требования техники безопасности в процессе реализации Программы

Для предотвращения травм на занятиях различными видами спорта, в том числе хоккеем, необходимо учитывать основные причины травматизма:

- нарушение правил организации занятий и отсутствие сознательной дисциплины;
- нарушение методики и режима тренировки;
- плохое материально-техническое обеспечение занятий;
- нарушение врачебных требований и гигиенических условий.

К травматизму могут привести: проведение занятий без тренера-преподавателя; неправильное размещение или слишком большое количество обучающихся на площадке; отсутствие чувства ответственности и серьезного отношения к занятиям.

1. Общие требования безопасности

1. К учебно-тренировочным занятиям допускаются обучающиеся только после ознакомления с правилами поведения в учреждении, правилами техники безопасности во время занятий и имеющие медицинский допуск к занятиям по хоккею.

2. При осуществлении учебно-тренировочного процесса необходимо соблюдать правила поведения на льду, в спортивном зале, время тренировок в соответствии с расписанием учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

3. При проведении занятий хоккеем возможно воздействие на занимающихся следующих опасных факторов:

1. Травмы при падении на лед и при столкновении спортсменов друг с другом;
2. Травмы при ненадежном креплении коньков к обуви;
3. Обморожение при проведении занятий на открытых площадках при ветре более 1,5-2,0 м/с при температуре воздуха ниже -20 С;
4. Потертости ног при неправильной подгонке ботинок;

К основным специфическим факторам риска относятся:

1. погрешности в разминке;
2. неумение правильно выполнить самостраховку;
3. несоответствие экипировки занимающегося условиям тренировок и соревнований;
4. изготовление и наличие спортивного инвентаря без учета обеспечения безопасности;
5. особенности психоэмоциональных проявлений;
6. несоблюдение правил самоконтроля;
7. нарушение правил врачебного контроля;
8. нарушение дисциплины и установленных правил во время тренировок и соревнований.

4. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие следующих опасных факторов: травмы при столкновениях, при нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу или площадке.

5. Для занятий хоккеем обучающиеся и тренер-преподаватель должны иметь специальную, соответствующую виду тренировки, спортивную форму. Занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

6. При проведении учебно-тренировочных занятий должна быть мед.аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой медицинской помощи при травмах.

7. О каждом несчастном случае с обучающимся, пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который в свою очередь, обязан сообщить о несчастном случае администрации учреждения и принять меры к оказанию первой помощи пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

8. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда и технике безопасности, привлекаются к дисциплинарной ответственности и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

9. Знание и выполнение требований настоящей Инструкции является должностной обязанностью тренера-преподавателя, а их несоблюдение влечет за собой, в зависимости от последствий нарушения, виды ответственности, установленные законодательством РФ (дисциплинарная, материальная, уголовная).

2.Требования безопасности перед началом занятий (занятия на льду)

- Надеть соответствующую спортивную одежду теплую, легкую, не стесняющую движения на всем протяжении спортивного занятия.
- Проверить исправность инвентаря.
- Снять все предметы, представляющие опасность.
- Проверить подготовленность льда, площадки, отсутствие в месте проведения занятий опасностей, которые могут привести к травме.
- Перед выходом к месту занятий выслушать разъяснения инструктора, правила передвижения с коньками и на коньках в условиях, которые могут встретиться на пути передвижения.

Требования безопасности во время занятий

- При падении сгруппироваться, не выставлять вперед прямые руки.

- Следить друг за другом и немедленно сообщить тренеру о первых признаках обморожения.
- Во избежание потертостей ног не ходить на коньках в тесной или слишком свободной обуви.
- При занятиях на льду новичков следует применять страховку каждого выполняющего самостоятельное движение, используя для этой цели барьеры, поручни.

Требования безопасности в аварийных ситуациях

- При первых признаках обморожения, при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом инструктору.
- С помощью тренера-преподавателя при получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.
- При возникновении пожара в здании немедленно прекратить занятия, организованно под руководством тренера-преподавателя покинуть место проведения занятия через запасные выходы, согласно плану эвакуации;
- При исключительно неблагоприятных погодных условиях, и в случае иных непредвиденных форсмажорных обстоятельств, угрожающих безопасности занимающихся, тренер отменяет занятия, срочно эвакуирует занимающихся из опасной зоны, сообщает о случившемся в МЧС.

Требования безопасности по окончании занятий

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

Требования безопасности перед началом занятий (занятия в с/зале)

Общие требования

- К занятиям в зале допускаются лица, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- К занятиям в зале допускаются лица только в спортивной одежде и обуви с нескользкой подошвой.
- Запрещается заходить в зал в верхней одежде, грязной обуви.
- 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.
- Каждый занимающийся в зале должен быть ознакомлен с путями эвакуации в чрезвычайных случаях.
- При проведении занятий в зале должна быть медицинская аптечка, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой медицинской помощи при травмах, ушибах.
- При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру, который сообщает об этом администрации Академии хоккея. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру.
- В процессе занятий занимающиеся должны соблюдать порядок проведения занятий и правила личной гигиены.

Требования безопасности перед началом занятий

- Надеть соответствующую спортивную одежду, не стесняющую движения на всем

- протяжении спортивного занятия, надеть обувь, необходимую для занятия.
- Снять все предметы, представляющие опасность
 - Не входить в зал без разрешения тренера.
 - Не включать и не использовать самостоятельно электроприборы и электроосвещение.
 - Не передвигать спортивное оборудование и снаряды без указания тренера.

Требования безопасности во время занятий

Не приступать к выполнению упражнений (разминки) без команды, тренера.

- На занятиях быть внимательным друг к другу, не забывать о подстраховке друг друга во время выполнения сложных координационных упражнений.
- Не выполнять без предупреждения упражнения, которые могут помешать или травмировать занимающимся рядом.
- Перед выполнением упражнений необходимо убедиться в отсутствии близко стоящих к снаряду, тренажеру других присутствующих.
- Не выполнять упражнения, не предусмотренные программой подготовки или не предусмотренные заданием тренера.
- При плохом самочувствии и внезапном заболевании, в случае травматизма прекратить занятие и сообщить об этом тренеру.
- Соблюдать на занятии дисциплину, порядок и вежливость.
- Не уходить с занятий без разрешения тренера.
- При возникновении аварийных ситуаций, пожара по указанию тренера, администрации, без паники, покинуть помещение зала по путям эвакуации.

Требования безопасности по окончании занятий

Под руководством тренера убрать спортивный инвентарь в отведенное для хранения место.

1. Организованно покинуть место проведения занятия (тренер выходит последним).
2. По окончании занятий необходимо соблюдать личную гигиену, вымыть с мылом руки, умыться или принять душ, переодеться в сухую, чистую одежду.

5. Система контроля и зачетные требования

С целью оценки результатов освоения программного материала, определения степени достижения цели и решения поставленных задач, а также влияния физических упражнений на организм учащихся осуществляется медико-педагогический контроль. Контроль должен быть комплексными, проводится регулярно и своевременно, основываться на объективных и количественных критериях.

Врачебный контроль в спортивной деятельности имеет различные функции: медицинские осмотры борцов перед участием в соревнованиях, после перенесенной болезни или травмы, врачебно-педагогическое наблюдение с использованием дополнительных нагрузок, спортивную ориентацию и отбор, контроль за питанием и использование восстановительных мероприятий и другое.

Врачебный контроль за юными спортсменами предусматривает:

- 1) углубленное медицинское обследование;
- 2) медицинское обследование перед соревнованиями;
- 3) педагогическое наблюдение в процессе тренировочных занятий;
- 4) санитарно-гигиенический контроль за режимом дня, местами тренировок, соревнований;
- 5) контроль за выполнением юными спортсменами рекомендаций врача по состоянию здоровья, режиму тренировок и отдыха.

Врачебный контроль предусматривает главное и принципиальное положение - допуск к тренировкам и соревнованиям здоровых детей. Контроль за состоянием здоровья, допуск к занятиям самбо и участия в соревнованиях осуществляется медицинскими работниками, врачами медицинских учреждений.

Допуск к занятиям на спортивно-оздоровительном этапе проводится на основании заключения о состоянии здоровья от специалистов амбулаторно-поликлинических учреждений, врачебно-физкультурных диспансеров.

Контроль за состоянием здоровья учащихся проводится в начале и конце учебного года. Цель медицинского обследования – всесторонняя диагностика и оценка уровня здоровья и функционального состояния спортсмена, назначение необходимых лечебно-профилактических, восстановительных и реабилитационных мероприятий.

Педагогический контроль в виде аттестации проводится для определения уровня освоения программного материала, физической и спортивной подготовленности учащихся.

Основными формами аттестации являются: **промежуточная аттестация (тестирование); итоговая аттестация по окончанию освоения Программы;**

- сдача контрольных нормативов (для определения уровня общей, специальной и технической подготовленности);

- мониторинг индивидуальных достижений учащихся (определение уровня технической подготовленности и спортивной подготовки).

Контроль над эффективностью физической подготовки проверяется с помощью специальных контрольно-переводных нормативов по годам обучения, которые представлены тестами, характеризующими уровень развития физических качеств.

Промежуточная аттестация проводится ежегодно по всем разделам учебного плана в соответствии с годом обучения, итоговая — после освоения Программы.

При планировании контрольных испытаний по физической и специальной подготовке рекомендуется следующий порядок:

- в первый день – испытание на скорость,

- во второй день на силу и выносливость.

Контроль соревновательной деятельности ведётся на основе оценки соревновательной нагрузки и эффективности технико-тактических действий. В хоккее наиболее простым способом соревновательная нагрузка определяется количеством игр и временем, затраченным на их проведение.

Из-за высоких физической и психической нагрузок объём официальных матчей в детско-юношеском хоккее принято ограничивать двумя часами. Во время, затраченное на игру, входя подготовка к матчу, разминка перед матчем, время матча и время перерывов.

Определение социально-психологических показателей.

Психическое состояние – один из наиболее подвижных компонентов хоккеистов. Диагностика этих состояний помогает прогнозировать поведение в экстремальных ситуациях, в учебно-тренировочной и соревновательной деятельности и позволяет выявить у обучающихся определенное психическое состояние: тревожность, боевую готовность, стартовую «апатию», «предстартовую лихорадку» и другие состояния.

Личностно-характерологические особенности хоккеистов необходимы при планировании индивидуального стиля деятельности обучающихся, который должен соответствовать свойствам нервной системы, темпераменту, характеру конкретного спортсмена. Совместная спортивная деятельность хоккеистов невозможна без общения между членами команды, базирующегося на двигательной и психомоторной деятельности. Определение социально-психологических показателей в коллективе хоккеистов изучается по предрасположенности у них к конфликтному поведению.

5.1. Методические указания по организации промежуточной аттестации обучающихся

Осуществление комплексного контроля тренировочного процесса и уровня подготовки обучающихся на всех годах обучения является обязательным разделом Программы.

Цель контроля – в соответствии с Программой обеспечить оптимальность воздействия тренировочных и соревновательных нагрузок на организм обучающихся при планомерном повышении уровня их специальной подготовленности по годам в зависимости от целевой направленности года обучения.

Оценка степени освоения Программы обучающимися состоит из комплекса мероприятий:

- промежуточная аттестация на каждом году обучения;
- итоговая аттестация обучающихся по завершению освоения Программы.

Промежуточная и итоговая аттестация обучающихся являются неотъемлемой частью учебно-тренировочного процесса, так как позволяют оценить реальную результативность освоения и реализации Программы.

Промежуточная аттестация включает в себя сдачу контрольных нормативов по общей физической и специальной физической подготовке и проводится в соревновательной обстановке в конце каждого учебного года (апрель – май), соответствующего этапа обучения.

Для приема контрольных нормативов создается аттестационная комиссия из представителей администрации, методиста и старшего тренера-преподавателя отделения и утверждается план проведения промежуточной аттестации. Итоги промежуточной аттестации учащихся отражаются в протоколе сдачи контрольно-переводных нормативов, который является одним из отчетных документов и хранится в Учреждении. По итогам промежуточной аттестации издается приказ о переводе на следующий год учащихся, сдавших контрольно-переводные нормативы.

Практическая часть аттестации проводится в виде сдачи контрольно-переводных нормативов по ОФП и СФП. Нормативы принимаются во время тренировочного занятия в соответствии с планом проведения аттестации.

Промежуточная аттестация считается успешно пройденной в случае, если обучающийся выполнил нормативы, не менее чем на 80% упражнений комплекса контрольных нормативов, и по результатам выступления на официальных спортивных соревнованиях.

Обучающиеся, успешно выполнившие все требования, переводится на следующий год обучения (при условии прохождения обучения на предыдущем году обучения в полном объеме).

Обучающиеся, не выполнившие переводные требования, на следующий год обучения не переводятся, продолжают повторное обучение в группе этого же года (но не более 1 раза).

Комплексы контрольных упражнений для оценки результатов освоения Программы

Общая физическая подготовка (ОФП)

Все беговые и прыжковые упражнения выполняются по правилам соревнований по легкой атлетике на дорожке стадиона или манежа. Все тесты проводят в спортивной обуви без шипов. Беговые упражнения выполняются с высокого старта. Время старта фиксируется на секундомере по началу движения испытуемого. На выполнение упражнения даются 1 – 2 попытки, кроме тестов: бег 800 м; бег 1500 м. учитывается лучший результат.

1. Бег 30 м, для оценки скоростных качеств.
2. Бег 60 м, (с высокого старта), для оценки дистанционной скорости.
3. Челночный бег 3 x 10 м проводят на равной дорожке длиной 12-13 м. Отмеряется 10-метровый участок, начало и конец отмечаются линией (старт, финиш). Участник с высокого старта выполняет три ускорения на этом 10-метровом отрезке, с обеганием стоек. Учитывается время выполнения задания от момента начала движения до пересечения линии финиша.
4. Бег 800 м, бег 1500 м, для оценки дистанционной выносливости, проводят на дорожке стадиона с высокого старта по правилам легкоатлетических соревнований. Учитывается время от начала движения до пересечения линии финиша.

5. Прыжок в длину с места, для оценки скоростно-силовых качеств ног, выполняется толчком двумя ногами с места от линии или края доски на ровной поверхности. Измерение дальности прыжка осуществляется стальной рулеткой.

6. Подтягивание на перекладине, для оценки силы, проводится из виса хватом сверху, подтягиванием подбородка к перекладине.

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
(6-8 лет)**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	Оценка	
		отлично	удовлетворительно
Быстрота	Бег на 20 м с высокого старта	Не более 4,5 с	
Силовая выносливость	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	6 раз	4 раза
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места	135см	115 см
	Подтягивание на перекладине за 20 с (с 8 лет)	3 раза	1 раз

**Нормативы для оценки результатов освоения теоретического материала в рамках
Программы**

Оцениваемые параметры	Контрольные упражнения (тесты)	Значение результата для получения оценки «зачтено»
Теоретическая подготовка	Тест на знание теории и методики физической культуры и спорта (15 контрольных вопросов)	не менее 12-ти правильных ответов
	Тест на знание теории и методики спортивной борьбы (5 контрольных вопросов)	не менее 5-х правильных ответов

Результаты освоения теоретической части Программы оцениваются в ходе собеседования с обучающимся. Обучающиеся должны показать достаточный уровень знаний по следующим темам:

- ✓ история развития вида спорта хоккей;
- ✓ основы философии и психологии вида спорта хоккей;
- ✓ основы спортивной подготовки и тренировочного процесса;
- ✓ основы законодательства в сфере физической культуры и спорта (правила игры хоккей, требования, нормы и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов и званий по виду спорта);
- ✓ общероссийские антидопинговые правила, строение и функции организма человека;
- ✓ гигиенические знания, умения и навыки;
- ✓ режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни;
- ✓ основы спортивного питания;
- ✓ требования к оборудованию, инвентарю и спортивной экипировке;
- ✓ требования техники безопасности при занятиях на ледовой арене и в спортивном зале.

6. Организационно-педагогические условия реализации Программы

Многолетняя подготовка обучающихся по хоккею строится на основе следующих методических положений.

1. Единая педагогическая система, обеспечивающая преемственность задач, средств, методов, организационных форм подготовки всех возрастных групп. Основным критерием эффективности многолетней подготовки является наивысший спортивный результат, достигнутый в оптимальных возрастных границах.

2. Целевая направленность по отношению к высшему спортивному мастерству в процессе подготовки всех возрастных групп.

3. Оптимальное соотношение (соразмерность) различных сторон подготовленности спортсмена в процессе многолетней тренировки.

4. Неуклонный рост объема средств общей и специальной подготовки, соотношение между которыми постепенно изменяется: из года в год увеличивается удельный вес объема средств специальной подготовки по отношению к общему объему тренировочной нагрузки и соответственно уменьшается удельный вес средств общей подготовки.

5. Поступательное увеличение объема и интенсивности тренировочных и соревновательных нагрузок, их неуклонный рост на протяжении многолетней подготовки. Каждый период очередного годового цикла должен начинаться и завершаться на более высоком уровне тренировочных нагрузок по сравнению с соответствующим периодом предыдущего годового цикла.

6. Строгое соблюдение постепенности в процессе использования тренировочных и соревновательных нагрузок, особенно в занятиях с детьми, подростками, юношами и девушками. Всесторонняя подготовленность неуклонно повышается лишь в том случае, если тренировочные и соревновательные нагрузки на этапах многолетней тренировки соответствуют возрастным и индивидуальным особенностям спортсмена.

7. Поиск средств, позволяющих решать одновременно несколько задач (например: сочетание физической и технической подготовки);

8. Моделирование соревновательной деятельности в учебно-тренировочном процессе.

Основные принципы:

Принцип гармонизации личности и среды – ориентация на максимальную самореализацию личности.

Принцип гуманизации – обеспечение благоприятных условий освоения общечеловеческих социально-культурных ценностей, предполагающих создание оптимальной среды для воспитания и обучения детей.

Принцип системности и последовательности - предусматривает построение образовательного процесса таким образом, чтобы учебная деятельность связывалась со всеми сторонами воспитательной работы, а овладение новыми знаниями, умениями и навыками опиралось на то, что уже усвоено; позволяет ребенку овладеть навыками и стратегией игры от простого к сложному, от репродуктивного к творческому.

Принцип индивидуальности. Необходимо не только учитывать индивидуальные особенности ребенка, но и способствовать их дальнейшему развитию. Каждый воспитанник должен быть (стать) самим собой, обрести (постичь) свой образ.

Принцип творчества и успеха. Индивидуальная и коллективная деятельность позволяет определять и развивать индивидуальные особенности воспитанников и уникальность целой группы (коллектива). Достижение успеха в том или ином виде деятельности способствует формированию позитивной личности, стимулирует осуществление ребенком дальнейшей работы по саморазвитию и самосовершенствованию своего «я».

Принцип гибкой системы комплексного обучения – при определенных условиях в течении всего времени обучения воспитанник может переходить из одной ступени в другую, при этом педагог учитывает индивидуальную траекторию развития и содержательную преемственность между ступенями.

Принцип сознательности - предусматривает заинтересованное, а не механическое усвоение воспитанниками знаний и умений.

Принцип дифференциации. Согласно этому принципу тренер-преподаватель учитывает типологические особенности обучающихся (их интересы, физические способности,

обученность, обучаемость, работоспособность и т.д.), в соответствии с которыми отбираются и дифференцируются цели, содержание образования.

Преимущественная направленность тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки определяется с учетом сенситивных (чувствительных) периодов развития физических качеств. Вместе с тем необходимо уделять внимание воспитанию тех физических качеств, которые в данном возрасте активно не развиваются. Особенно важно соблюдать соразмерность в развитии общей выносливости, скоростных способностей и силы, т. е. тех качеств, в основе которых лежат разные физиологические механизмы. Оптимальными периодами для развития физических качеств у мальчиков являются: аэробные возможности организма – возраст от 8 до 10 лет и после 14 лет; анаэробно-гликолитические возможности – возраст 15-17 лет, анаэробно-алактатный механизм энергообеспечения – 16-18 лет. У девочек сенситивные периоды формирования физических качеств наступают приблизительно на один год раньше.

В программе для каждой категории обучающихся поставлены задачи, определены допустимые объемы тренировочных нагрузок по основным средствам, предложены варианты построения годичного тренировочного цикла с учетом возрастных особенностей и должного уровня физической, функциональной подготовленности и требований подготовки борцов.

Основными формами организации тренировочного процесса являются:

- групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;
- тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях;
- судейская практика;
- медико-восстановительные мероприятия;
- тестирование и контроль.

Занятия с юными хоккеистами различают по направленности. Практические занятия можно разделить на однонаправленные, комбинированные, целостно-игровые, контрольные.

Однонаправленные занятия посвящены одному из видов подготовки (технической, тактической, физической). Комбинированные включают материал двух-трех видов в различных сочетаниях.

В основе разделения занятий по направленности лежит связь их содержания с характером соревновательной деятельности. Меньшей нагрузкой отличаются однонаправленные занятия по обучению технике и тактике, в остальных нагрузку можно варьировать в зависимости от поставленных задач.

Для повышения интереса обучающихся к занятиям хоккеем и более успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач применяются разнообразные формы и методы проведения этих занятий.

Словесные методы: создают у обучающихся предварительные представления об изучаемом движении. Для этой цели используются: объяснение, рассказ, замечание, команды, указание.

Наглядные методы: применяются главным образом в виде показа упражнения, наглядных пособий, видеофильмов. Эти методы помогают создать у обучающихся конкретные представления об изучаемых действиях.

Практические методы: методы упражнений, игровой, соревновательный, круговой тренировки.

Главным из них является метод упражнений, который предусматривает многократное повторение упражнений. Разучивание упражнений осуществляется двумя методами: в целом и по частям.

Игровой и соревновательный методы применяются после того, как у обучающихся образовались некоторые навыки. Соревновательный метод способствуют воспитанию скоростно-силовых качеств, способности быстро решать поставленные задачи, умения выбирать оптимальный вариант действий, тактических способностей, умения быстро переключаться с одних действий на другие и т.д.. Основным методом подготовки юных хоккеистов является игровой метод, а так же метод повторного выполнения упражнения с обязательным использованием методов вариативного упражнения. Кроме этого, используются

группы воспитательных методов, определяющих отношения тренера-преподавателя и обучающегося, их взаимодействия и взаимосвязь.

Метод круговой тренировки предусматривает выполнение заданий на специально подготовленных местах (станциях). Упражнения выполняются с учетом технических и физических способностей обучающихся.

Формы обучения: индивидуальная, фронтальная, групповая, поточная.

Поставленные цели и задачи достигаются тренировками, просмотром видео материалов и соревнований, выполнением практических заданий в игровой форме, лекциями, беседами, наглядной демонстраций.

Основным средством подготовки в хоккее, как и в других видах спорта, являются физические упражнения, подразделяющиеся на общеразвивающие (ОРУ) и специальные (СУ).

Задача ОРУ - всестороннее гармоничное развитие дыхательной, сердечно-сосудистой, нервно-мышечной систем и обще-двигательной подготовки.

Задача СУ - воспитание двигательных, психических, морально-волевых качеств. В группу СУ входят упражнения на развитие качеств, более специфических для хоккея, а так же избирательное развитие мышечных групп, которые в большей степени участвуют в основных хоккейных движениях. В качестве средств специальной физической подготовки используются упражнения, по нервно-мышечным усилиям, пространственно-временным характеристикам и режимам работы адекватные основным хоккейным движениям. К ним относятся упражнения включающие весь технико-тактический арсенал хоккея, разработанные на их основе специально-подготовительные упражнения. Круг средств специальной физической подготовки значительно меньше, чем общей. В ходе СФП обеспечивается как комплексное, так и избирательное воздействие на специальные физические качества и способности хоккеистов.)

Программа обеспечена необходимой литературой, видео материалами, конспектами занятий, методическими разработками игр.

Теоретическая подготовка – формирование у обучающихся специальных знаний, необходимых для успешной спортивной деятельности, осуществляется в ходе практических занятий.

В процессе занятий обязательны регулярные медицинские обследования, врачебно-педагогические наблюдения за состоянием здоровья обучающихся, динамикой физического развития подростков и юношей, приспособляемостью организма к тренировочным нагрузкам и изучение его функционального состояния. Медицинское обследование проводится 2 раза в год.

Таблица 2

1	Теоретическая подготовка	Беседа, лекция, просмотр видео.	Словесный, наглядный	Литература, любая видеоаппаратура	Текущий опрос
2	ОФП	Групповые практические занятия	Наглядный, игровой, повторного выполнения	Спортзал гимнастические снаряды, мячи,	Вводный и итоговый тест
3	СФП	Групповые практические занятия	Наглядный, игровой, повторного выполнения	Спортзал/ледовая арена шайбы, тренажеры	Вводный и итоговый тест, текущий зачет.
4	Тактико-техническая подготовка	Групповые практические занятия	Наглядный, игровой, повторного выполнения	Ледовая арена, шайбы	Текущий зачет, итоговый экзамен, соревнование.

В процессе обучения используются вводный (в виде тестирования), текущий (в виде зачёта, опроса), промежуточный (в виде соревнования), итоговый (в виде тестирования и экзамена) виды контроля.

Процесс подготовки хоккеистов можно рассматривать как сложную динамическую саморегулирующуюся систему. Одной из функций подобных организованных систем различной природы (биологических, социальных, технических) является управление, суть которого состоит в обеспечении сохранения структуры системы любого либо в переводе системы из одного состояния в другое. В самом общем виде управления подготовкой хоккеистов.

Планирование и контроль в процессе подготовки хоккеистов должны включать в себя:

- а) анализ и оценку особенностей определенного контингента обучающихся;
- б) прогнозирование различных количественных показателей модели потребного состояния обучающихся;
- в) разработку системы педагогических воздействий от отдельных занятий до больших циклов занятий с учетом основных закономерностей теории спортивной тренировки;
- г) систему методов педагогического контроля.

Педагогический контроль.

Важнейшей задачей педагогического контроля является уточнения в планировании учебно-тренировочного процесса, дозировка физических нагрузок в недельном цикле, определения длительности интервалов отдыха между упражнениями и тренировками, нахождение наиболее рационального сочетания различных средств тренировок и т.п.

Практическая реализация педагогического контроля осуществляется в системе специально реализуемых проверок, включаемых в содержание занятий по физическому воспитанию, либо тренировочных занятий.

Такие проверки позволяют вести систематический учет по двум наиболее важным направлениям:

- определение степени усвоения технико-тактических действий;
- определение уровня развития двигательных (физических) качеств

Тестирование общей физической подготовленности, как правило, осуществляется два раза в год, в начале и конце учебного года.

При проведении тестирования следует обратить особое внимание на соблюдение требований инструкций и создания единых условий для выполнения упражнений для всех обучающихся спортивной школы. Тестирование проводится в соответствии с внутренним календарем соревнований в установленные сроки (сентябрь, май ежегодно). Результаты тестирования заносятся в журнал или протоколы по приему нормативов.

Процесс подготовки хоккеистов можно рассматривать как сложную динамическую саморегулирующуюся систему. Одной из функций подобных организованных систем различной природы (биологических, социальных, технических) является управление, суть которого состоит в обеспечении сохранения структуры системы либо в переводе системы из одного состояния в другое.

Перспективное планирование предусматривает определение цели направленности, основных задач и содержания системы подготовки борцов на длительный период времени; прогноз спортивных результатов, спортивно-технических показателей и нормативов, которых необходимо добиться в процессе многолетних занятий.

К документам **текущего планирования** относятся календарный учебный график процесса, годичный план подготовки (командный, индивидуальный), календарь спортивно-массовых мероприятий.

Планирование учебного материала осуществляется с учетом периодизации тренировочного процесса, в котором учитываются основные закономерности развития спортивной формы. Исключение составляет планирование учебно-тренировочного процесса для юных спортсменов 1-го года обучения, где оно подчинено задачам обучения, всестороннего физического развития, ознакомлению с основными правилами игры в хоккей и основам действия игроков на площадке.

Оперативное планирование включает в себя: рабочий план, расписание занятий, план-конспект отдельных тренировочных занятий, план подготовки к отдельным соревнованиям.

Все тренировочные планы, независимо от их типа (командные, индивидуальные, годовые и оперативные и т.п.) должны включать в себя:

а) данные о тех, на кого рассчитан план (персональные данные об обучающихся или общая характеристика группы);

б) целевые установки (главные цели периода, на который составляется план; промежуточные цели для отдельных этапов: частные цели, относящиеся к различным видам подготовки);

в) показатели, поддающиеся количественному измерению и характеризующие учебно-тренировочные и соревновательные нагрузки и состояние обучающихся: количество дней и занятий; количество учебно-тренировочных занятий (в день, неделю, месяц); общее количество времени работы (в день, неделю, месяц); количество соревнований; количество соревновательных схваток; количественные показатели учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок (километраж, тоннаж, количество повторений и т.п.);

г) организационные и воспитательно-методические указания;

д) сроки соревнований, контрольного тестирования, спортивно-медицинских обследований.

Учет учебно-тренировочной и воспитательной работы ведется в журнале, где указываются сведения об обучающихся, посещаемость занятий, пройденный материал, и спортивные результаты. Помимо этого, тренер-преподаватель ведет отчетность в установленном порядке.

Организация учебно-тренировочного процесса по хоккею и его содержание на первых годах обучения в СОГ принципиальных различий не имеет. Естественное постепенное повышение тренировочных требований решает задачи укрепления здоровья обучающихся, развития специфических качеств, необходимых в игре в хоккей, ознакомления с техническим арсеналом, привития любви к спорту и устойчивого интереса к дальнейшим занятиям хоккеем. При расчете времени на каждый из основных видов заданий на тренировках продолжительностью 45, 90 мин рекомендуется придерживаться следующей схемы его распределения: обязательный комплекс упражнений (в разминке) 3-5 мин; комплекс упражнений на ноги 4-8 мин; бег на месте с круговыми движениями рук и ускорением 4-6 мин; прыжки на месте с круговыми движениями рук и поворотами туловища в стороны 7-10 мин.

Методика контроля: контроль на спортивно-оздоровительном этапе используется для оценки степени достижения цели и решения поставленных задач. Он должен быть комплексным проводиться регулярно и своевременно на объективных критериях. Контроль за физической подготовленностью проводится с помощью специальных контрольно-переводных нормативов по годам обучения (промежуточный контроль), которые представлены тестами, характеризующими уровень развития физических качеств. Врачебный контроль предусматривает главное и принципиальное положение – допуск к тренировкам и соревнованиям здоровых детей.

Участие в соревнованиях:

Невозможно достигнуть высоких стабильных результатов, редко выступая на соревнованиях. Особое преимущество на данном этапе обучения отдается игровым соревновательным методам, а также соревнованиям в умении выполнять изученные технические действия. Программа соревнований, их периодичность, возраст участников должны строго соответствовать действующим правилам соревнований и доступным нормам нагрузки. Юных спортсменов в соревнованиях нужно нацеливать на демонстрацию социально ценных качеств личности: мужества, инициативы, смелости, коллективизма, дружелюбия по отношению к товарищам и уважения к ним, стойкости в игре с противником.

7. Информационное обеспечение Программы

Нормативные документы

1. ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.12 г.
2. Федеральные государственные требования к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам (приказ Минспорта РФ от 12.09.2013 г. № 730).
3. ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ (с изм., внесенными Федеральными законами от 17.12.2009 г. № 313-ФЗ, от 13.12.2010 № 358-ФЗ, 06.11.2011 № 301-ФЗ).
4. Особенности организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта (Приказ Минспорта РФ от 27.12.13. № 1125).
5. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196).
6. Порядок приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта (Приказ Минспорта РФ от 12 сентября 2013 г. № 731).
7. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта хоккей (Приказ Минспорта РФ от 12 октября 2015 г. № 932)

Литература для педагога

1. По тонкому льду. О нравах в хоккее. Александр Кожевников. Москва, 2013 г
2. Хоккей. 10 вопросов детскому тренеру. Санкт-Петербург, 2013г
3. Дополнительная предпрофессиональная программа по хоккею с шайбой (в новой редакции), 2016 г
4. Все начистоту о хоккее и не только. А. Якушев. Москва 2016 г
5. Руководство по медико-биологическому сопровождению подготовки в детско-юношеском хоккее. Издательство «Спорт», Москва, 2016г
6. Физиология спорта: медико-биологические основы подготовки юных хоккеистов Издательство «Спорт», Москва, 2016г
7. Библия хоккейного тренера. Тактика и стратегия от 16 хоккейных топ-тренеров США. Издательство «Спорт», Москва, 2016г
8. Хоккей. Книга-тренер. Правила. Физическая подготовка. Техника, Тактика. Стратегия. Мастерство. Москва, 2017г
9. Основы обучения и тренировки юных хоккеистов : [Учеб. пособие] / В.А. Быстров. - М. : Terra-спорт, 2000г.
10. Савин В.П. Теория и методика хоккея: Учебник для студ. высш. учеб. заведений. — М.: Издательский центр "Академия", 2003.
11. Огулов В.Н. Азбука тактики хоккея. Санкт-Петербург, 2008.

Литература для обучающихся и родителей

1. Трус не играет в хоккей. Владислав Третьяк. Москва, 2017г
2. Овертайм. Об «основном и дополнительном времени» легендарного хоккеиста. Вячеслав Фетисов. Москва, 2016г
3. Хоккей в моем сердце. Борис Михайлов. Москва, 2016г
4. Хоккейные перекрестки. Откровения знаменитого форварда. Борис Майоров. Москва. 2016г
5. Лучший хоккей XX века. Всеволод Кукушкин, Москва 2017г. Изд. «Человек»
6. Азбука спорта. Костикова Л.В. – М.: ФиС, 2001
7. Азбука хоккея с шайбой. Боустедт Т. Минск: БЭ им. Петруся Бровки, 2011

8. Третьяк В. А.«Советы юному вратарю», М., Просвещение, 1987г
9. Тарасов А. В.«Детям о хоккее», М.,Просвещение, 1987г

Перечень Интернет-ресурсов

1. Официальный сайт Министерства спорта Российской Федерации. Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru>.
2. Официальный сайт Министерства по физической культуре спорта и туризму Челябинской области. Режим доступа <http://www.chelsport.ru/>.
3. Официальный сайт Министерства образования и науки Челябинской области. Режим доступа: <http://minobr74.ru/ru/>.
4. Управление по физической культуре, спорту и туризму Администрации города Челябинска. Режим доступа: <http://74-sport.ru/>.
5. Официальный сайт Федерации хоккея России. Режим доступа: <https://fhr.ru/>
6. Центральная отраслевая библиотека по физической культуре и спорту. Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru>

**Календарный учебный график
МАУ ДО ДЮСШ «Академия хоккея» на 2023-2024 учебный год**

Элементы освоения программы	Режим работы:	Другие специфические режимные условия деятельности
Продолжительность освоения программы	3 года 46 недель учебно-тренировочных занятий, непосредственно в условиях спортивной школы и дополнительно 6 недель - в условиях спортивно-оздоровительного лагеря и по индивидуальным планам учащихся на период активного отдыха.	В соответствии с приказом по МАУ ДО ДЮСШ «Академия хоккея»
Начало реализации дополнительной общеразвивающей программы «Хоккей с шайбой»	1 сентября 2023 года	В соответствии с приказом по МАУ ДО ДЮСШ «Академия хоккея»
Окончание реализации дополнительной общеразвивающей программы «Хоккей с шайбой»	31 августа 2026 года	В соответствии с приказом по МАУ ДО ДЮСШ «Академия хоккея»
Регламентирование учебно-тренировочного процесса	Учебно-тренировочные занятия проводятся в период с 8.30 до 20.00 часов в соответствии с расписанием занятий, обучающиеся старше 16 лет с 8.00 до 21.00. Продолжительность 1 занятия составляет 45 минут. СОГ – весь период до 6 час 2 раза x 45мин 2 раза x 90 мин 3 раза x 45 мин 3 раза x 90 мин.	Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 ут верждены санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
Сменность занятий:	1-я смена - 8.00 до 12.00 2-я смена- 14. 00 до 20.00	Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 ут верждены санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Входная диагностика	1.09. по 30.09	
Текущий контроль	В течение всего периода освоения программы	
Промежуточная аттестация	с14.05. по 30.06.	В соответствии с приказом по МАУ ДО ДЮСШ «Академия хоккея»
Итоговая аттестация	с14.05. по 30.06.2025 года	В соответствии с приказом по МАУ ДО ДЮСШ «Академия хоккея»
Каникулы	Осенние каникулы с 28.10-06.11.2023 Зимние каникулы с 25.12. 2023 - 08.01.2024 Весенние каникулы 26.03.-01.04.2024	Занятия проводятся по расписанию, допускается изменения расписания по согласованию с администрацией
Организация проведения учебно-тренировочных сборов.	Проводятся для обучающихся с целью подготовке к спортивным соревнованиям различного уровня и с целью оздоровления	Согласно учебного плана и календаря образовательных событий
Самостоятельная работа обучающихся	На период отпуска тренера-преподавателя, карантина	В соответствии с приказом по МАУ ДО ДЮСШ «Академия хоккея»
Участие в соревнованиях	Календарным планом физкультурных спортивных мероприятий, направленных на развитие физической культуры и спорта в общеобразовательных организациях и организациях дополнительного образования на 2024 год и муниципальным заданием МАУ ДО ДЮСШ «Академия хоккея» на 2024 год.	