Муниципальное общеобразовательное учреждение «Деевская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО
Школьным педагогическим советом
Протокол №1
от «29» августа 2025 г.
_____Е.А. Дунаева

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
МОУ «Деевская СОШ»
_____Л.В. Болотова
«29» августа 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МОУ «Деевская СОШ»
_____ А.А.Жолобов
«01» сентября 2025 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хоккей с шайбой» физкультурно-спортивной направленности

Возраст обучающихся: 12-15 лет
Срок реализации программы: 2025-2026 уч.г.
Трудоемкость программы: 72 ч.
Форма обучения: очная
Уровень сложности: базовый

Автор-разработчик:
педагог дополнительного образования
П.Ю. Буньков

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Деевская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДАЮ
Школьным педагогическим советом	Зам. директора по УВР	Директор
Протокол №1	МОУ «Деевская СОШ»	МОУ «Деевская СОШ»
от «29» августа 2025 г.	_____Л.В. Болотова	_____ А.А.Жолобов
_____Е.А. Дунаева	«29» августа 2025 г.	«01» сентября 2025 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хоккей с шайбой» физкультурно-спортивной направленности

Возраст обучающихся: 12-15 лет
Срок реализации программы: 2025-2026 уч.г.
Трудоемкость программы: 72 ч.
Форма обучения: очная
Уровень сложности: базовый

Автор-разработчик:
педагог дополнительного образования
П.Ю. Буньков

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1. Пояснительная записка.

Игра в хоккей, как явление и самостоятельный вид спорта, организовалась в XIX веке, в неё играют уже свыше 100 лет. Несмотря на то, что организационные основы и игровые правила были заложены в Канаде, хоккей быстро распространился в другие страны и на другие континенты, где специфические региональные факторы повлияли на развитие вида спорта. Хоккей с шайбой - зимний вид спорта, поэтому, несмотря на то, что сейчас культивируется в 60-ти странах мира, основной популярности достиг в странах со специфическими погодными условиями - Канаде, севере США, Финляндии, Швеции, России. Создание крытых ледовых площадок способствовало популяризации хоккея и в других странах - Германии, Австрии, Чехии, Франции, Италии и др. Популярность хоккея объясняется притягательностью его как зрелища, динамичностью и яркостью впечатлений. Одновременно, он является настоящей школой мужества, проявления ума и уникальной технической, физической подготовленности. Сегодняшний хоккей загадочен и прост, в то же время - многолик и сложен.

Программа составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральным проектом «Успех каждого ребенка», утвержденным 07.12.2018;
3. Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
4. Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р (далее – Концепция);
5. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
6. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
7. Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
8. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения

организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

9. Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих общеобразовательных программ Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3442;

10. Уставом МОУ «Деевская СОШ».

Актуальность программы состоит в том, что хоккей с шайбой – популярный вид спорта. А через заинтересованность учащихся в хоккее есть возможность реализовать цель данной программы, а именно развить психические и физические качества ребенка, мотивировать его к здоровому образу жизни.

Целью физического воспитания в спортивных секциях является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности воспитанника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Новизна программы заключаются в том, что она знакомит детей с одним из самых распространенных видов спорта. Они изучают технику выполнения различных технических приёмов игры в хоккей. На занятиях обучающиеся научатся взаимодействовать друг с другом при выполнении различных технических действий.

Педагогическая целесообразность

Игра всегда привлекает детей, повышает их интерес к занятию. Игры формируют у детей важные навыки совместной работы, общения. В игровой деятельности воспитывается ответственность воспитанников, развиваются их способности заботиться о товарищах, сочувствовать и сопереживать, понимать радости и горести, поражения и победы.

Систематическая тренировка и участие в соревнованиях благотворно сказываются на физическом развитии хоккеиста, повышают его работоспособность, улучшают работу зрительного аппарата, повышают подвижность нервной системы и развивают волевые качества.

Хоккей с шайбой обладает рядом особенностей, делающих эту игру интересной и заманчивой. Во-первых, здесь каждый игрок значительно чаще работает с шайбой и участвует в общих игровых действиях; во-вторых, в этой игре забивается довольно много голов, в-третьих, каждый участник должен действовать с полной отдачей сил, успевая обороняться и атаковать. Шайба практически все время находится в игре, что не вызывает вынужденных и утомительных остановок.

Отличительные особенности программы

Программа «Хоккей с шайбой» создает максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

«Хоккей с шайбой» – спортивная командная игра, которая является наиболее комплексным и универсальным средством развития ребенка.

Специально подобранные игровые упражнения, выполняемые индивидуально, в группах, командах, задания с мячом создают неограниченные возможности для развития, прежде всего координационных (ориентирование в пространстве, быстрота реакций, перестроения двигательных действий, точность дифференцирования и оценивания пространственных, временных и силовых параметров движений, способность к согласованию отдельных движений в целостные комбинации) и кондиционных (силовых, выносливости, скоростных) способностей, а также всевозможных сочетаний этих групп способностей. Одновременно материал по спортивным играм оказывает многостороннее влияние на развитие психических процессов воспитанников (восприятие, внимание, память, мышление, воображение и др.), воспитание нравственных и волевых качеств, что обусловлено необходимостью соблюдения правил и условий игровых упражнений и самой игры, согласования индивидуальных, групповых и командных взаимодействий партнеров и соперников.

Материал игр является прекрасным средством и методом формирования потребностей, интересов и эмоций воспитанников**.**

Адресат программы – учащиеся 12-15 лет.

Подростковый возраст(12-15 лет), называют переходным от детства к юности. Этим объясняются сложность и противоречивости характера, поведения и развития, за что этот возраст в педагогическом отношении иногда считается трудным.

Для обучения принимаются все желающие. К занятиям допускаются школьники, относящиеся к основной группе здоровья, на основании результатов диспансеризации или медицинского осмотра в школе.

В группе могут заниматься до 12 человек.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на один год обучения.

1 год – 72 часа.

Уровень – базовый.

Форма и режим занятий.

Сроки освоения дополнительной образовательной программы подготовки учащихся составляет 36 недель за курс обучения, 72 часа в год.

В том числе:

теоретическое обучение - 5 час.

практические занятия – 67 часов.

Максимальный объем учебной нагрузки 2 часа в неделю.

Формы занятий

Основной формой организации обучения и тренировки хоккеистов является тренировочное занятие. Оно строится в соответствии с дидактическими принципами и методическими закономерностями учебно-тренировочного процесса. Предъявляются следующие основные требования:

1. Воздействие тренировочного занятия должно быть всесторонним - воспитательным, оздоровительным и специальным.
2. Содержание занятия должно отвечать конкретным задачам с учетом возрастных и индивидуальных особенностей, уровня подготовленности и быть направлено на расширение круга знаний, умений и навыков.

3. 3. В процессе тренировки нужно применять разнообразные средства и методы обучения и совершенствования, что обусловлено постоянным усложнением задач, динамикой сдвигов и адаптационными процессами.
4. Каждый отдельное занятие должно иметь неразрывную связь с предшествующими и последующими занятиями.

Организационной формой и методической основой являются групповые и индивидуальные тренировочные занятия. *Групповые занятия* проводятся с отдельной учебной группой или командой. Командный характер игры в хоккей предусматривает повышенное требование к взаимодействию между игроками, необходимость решения коллективных задач. В связи с этим процесс обучения и воспитания более эффективен в групповых занятиях. Этому способствует индивидуализация заданий с учетом особенностей и подготовленности занимающихся. В групповых занятиях занимающиеся выполняют задания при различных методах организации: фронтальном, в подгруппах, индивидуальном. При фронтальном методе предлагается одно и то же задание, которое выполняется всеми одновременно. В подгруппах (например, защитников и нападающих) занимающиеся получают отдельные задания. При индивидуальном методе отдельные хоккеисты получают самостоятельные задания (например, вратарь).Организация занятий фронтальным методом используется преимущественно в процессе обучения, так как позволяет более полно контролировать и корректировать деятельность занимающихся. При этом, однако, затрудняется индивидуальный подход. При тренировке в подгруппах и самостоятельно ограничены возможности контроля, но более эффективна индивидуализация.

В *индивидуальных занятиях* используются различные средства и методы тренировки с учетом индивидуальных особенностей. Цель тренировки - ускорение темпов совершенствования спортивного мастерства.

1.2.Цели и задачи программы.

Общей целью программы является формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи программы.

Образовательные:

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами в хоккее с шайбой;
- освоение знаний о хоккее, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек;
- освоение ударов по шайбе и остановок шайбы;
-овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей;
- освоение техники ведения шайбы;
- освоение техники ударов по воротам;
- закрепление техники владения шайбой и развитие координационных способностей;
- освоение тактики игры.

Развивающие:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных способностей;
- развитие выносливости;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- воспитание положительных качеств личности, соблюдение норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в соревновательной деятельности;
- воспитание чувства товарищества, чувства личной ответственности;
- воспитание нравственных качеств по отношению к окружающим;
-приобщить воспитанников к здоровому образу жизни и гармонии тела.

1.3.Учебно-тематический план

	Количество часов / **Наименование разделов**	**Всего**	**Теория**	**Практика**	**Формы аттестации/ контроля**
	Введение в общеобразовательную программу	**1**	**0,5**	**0,5**	Входная диагностика уровня физической подготовленности
1.	**Теоретический раздел**	**2**	**2**	**-**	
1.1.	Краткий обзор возникновения и развития хоккея с шайбой. Год рождения хоккея с шайбой. Основатели игры в хоккей. Родина хоккея с шайбой. Первые шаги хоккея в мире и у нас в стране.	**1**	**1**	**-**	Текущий контроль (теоретические тесты)
1.2.	Развитие двигательных качеств и умений человека	**1**	**1**	**-**	Текущий контроль (теоретические тесты)
	Раздел Формирование двигательных умений и навыков	**14**	**2,5**	**12,5**	

2.	**Общефизическая подготовка**	**7**	**1**	**6**	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития ФК
2.1	Общефизические упражнения	**3**	**0,5**	**2,5**	Текущий контроль (тестовый контроль по нормативам)
2.2	Беговая подготовка	**4**	**0.5**	**3,5**	Текущий контроль (тестовый контроль по нормативам)
3.	**Специальная физическая подготовка**	**10**	**1,5**	**8,5**	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития ФК
3.1	Упражнения для развития быстроты.	**3**	**0,5**	**2,5**	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития ФК
3.2	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	**3**	**0,5**	**2,5**	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития ФК
3.3	Упражнения для развития специальной выносливости	**4**	**0,5**	**3,5**	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития ФК
4.	**Основы техники и тактики.**	**46**	**15**	**31**	Тестирование уровня технической и тактической подготовленности, текущий контроль развития ФК
4.1	Техническая подготовка	**30**	**8**	**22**	Тестирование уровня технической подготовленности, текущий контроль развития ФК
4.2	Тактическая подготовка	**10**	**5**	**5**	Тестирование уровня тактической подготовленности,

					текущий контроль развития ФК
4.3	Тактика и техника игры вратаря.	**6**	**2**	**4**	Тестирование уровня технической и тактической подготовленности, текущий контроль развития ФК
5.	**Раздел Знания образовательно-познавательной направленности**	**4**	**1**	**3**	Тестирование уровня теоретических знаний
5.1	Основы контроля и самоконтроля в процессе выполнения физических упражнений	**0,5**	**0,5**	**-**	Текущий контроль (теоретические тесты, беседы)
5.2	Основы техники безопасности при занятиях физическими упражнениями	**0,5**	**0,5**	**-**	. Текущий контроль (теоретические тесты, беседы)
	Контрольно-физкультурные мероприятия (Итоговая аттестация)	**3**	**-**	**3**	**Участие в спортивных соревнованиях.**
	ИТОГО:	**72**	**23**	**49**	

Содержание учебного плана

Введение в общеобразовательную программу

Теория: Программа по хоккею в общеобразовательной организации: понятие, цели, задачи, структура, нормативные требования, значение в физическом развитии детей школьного возраста. Анонс будущих занятий, форм и направлений деятельности..

Практика: пробное тестирование уровня физической подготовленности.

1.Теоретический раздел

Тема 1.1 История развития и становления хоккея с шайбой.

Теория: 1.Краткий обзор возникновения и развития хоккея с шайбой. Год рождения хоккея. Основатели игры в хоккей. Родина хоккея. Первые шаги хоккея в мире и у нас в стране. Развитие хоккея среди школьников. Описание игры.

2.Значение занятий физической культурой и спортом. Физическая подготовка и ее роль в хоккее. Рациональный суточный режим. Режим дня и питание. Личная гигиена: уход за телом, закаливание, простейшие приемы самомассажа. Утренняя гимнастика. Гигиенические требования к инвентарю и спортивной форме. Зависимость появления травм от неправильного отношения к гигиеническим требованиям.

3.Правила соревнований. Состав команды, замена игроков. Права и обязанности игроков. Правила игры. Основы судейской терминологии и жеста. Виды соревнований. Понятие о методике судейства. Соревнования по хоккею среди школьников.

***Практика*: пробное тестирование уровня физической подготовленности.**

Тема 1.2. Развитие двигательных качеств и умений человека

Теория: Развитие двигательных качеств и умений человека. Основные двигательные качества обучающихся. Особенности развития конкретного двигательного качества. Индивидуальная предрасположенность в развитии двигательных качеств.

Формирование двигательных умений и навыков.

Раздел 2 Общефизическая подготовка.

Тема 2.1. Общеразвивающие упражнения.

Теория. Формы занятий хоккеем детей школьного возраста. Массовый народный характер развития хоккея в нашей стране. Почетные спортивные звания и спортивные разряды, установленные в России. Усиление роли и значения физической культуры в повышении уровня общей культуры и продлении творческого долголетия людей.

Практика. **Упражнения для рук и плечевого пояса.** Из различных исходных положений (в основной стойке, на коленях, сидя, лежа) - сгибание и разгибание рук, вращения, махи, отведение и приведение, рывки одновременно обеими руками и разновременно, то же во время ходьбы и бега.

Упражнения для ног. Поднимание на носки; сгибание ног в тазобедренных суставах; приседания; отведения; приведения и махи ногой в переднем, заднем и боковом направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног (вместе, на ширине плеч, одна впереди другой и т.п.); сгибание и разгибание ног в смешанных висах и упорах; прыжки.

Упражнения для шеи и туловища. Наклоны, вращения, повороты головы; наклоны туловища, круговые вращения туловищем, повороты туловища, поднимание прямых и согнутых ног в положении лежа на спине; из положения лежа на спине переход в положение сидя; смешанные упоры в положении лицом и спиной вниз; угол из исходного положения лежа, сидя и в положении виса; различные сочетания этих движений.

Упражнения для всех групп мышц. Могут выполняться с короткой и длинной скакалкой, гантелями, набивными мячами, мешочками с песком, резиновыми амортизаторами, палками, со штангой (для юношей).

Тема 2.2. Беговая подготовка

Теория. **Сведения о строении и функциях организма человека.** Органы пищеварения и обмен веществ. Органы выделения. Общие понятия о строении организма человека, взаимодействие органов и систем. Работоспособность мышц и подвижность суставов. Понятие спортивной работоспособности, функциональных возможностях человека при занятиях хоккеем. Влияние физических упражнений на работоспособность мышц, на развитие сердечно-сосудистой системы.

Практика. Бег: бег с ускорением 30-40 м. Низкий старт и стартовый разбег до 60 м. Повторный бег 3х20-30 м, 3х30-40 м, 4х50-60 м. Эстафетный бег с этапами до 40м и до 50-60 м. Бег с препятствиями от 60 до 100 м (количество препятствий от 4 до 10), в качестве препятствий используются набивные мячи, учебные барьеры, условные окопы. Бег в чередовании с ходьбой до 400 м. Бег медленный до 3 минут (мальчики). Бег или кросс до 2000 м. Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание». Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».

Метания малого мяча с места в стену или щит на дальность отскока и на дальность. Метание гранаты с места, с разбега.

Специальные эстафеты с выполнением перечисленных выше заданий в разнообразных сочетаниях и с преодолением препятствий.

Программа общей физической подготовки должна быть направлена на индивидуальные особенности. Тем не менее, есть определенные области тела, которым должно быть уделено особенное внимание. Это – ноги, пресс, спина. Важно иметь сильные руки и торс, но не перекаченные. Чем меньший вес придется носить ногам, тем быстрее они смогут двигаться.

Раздел 3 Специальная физическая подготовка.

Тема 3.1.Упражнения для развития быстроты.

Теория. Специальная физическая подготовка направлена на развитие специальных физических качеств:

- силовые;
- скоростные;
- выносливость;
- ловкости и гибкости.

СФП может проводится как на льду, так и вне льда. Специальная физическая подготовка главным образом проходит на льду хоккейного поля и направлена на развитие характерных для хоккея двигательных качеств в структуре двигательных навыков, выполняемых в игровой деятельности. Поэтому в качестве основных средств СФП используются игровые упражнения, усиливающие их воздействие на организм.

Практика. Стартовые рывки к шайбе с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение шайбой. Бег прыжками. Эстафетный бег. Обводка препятствий. Переменный бег. Бег с изменением направления. Бег с "тенью" (повторение движений партнера).

Тема 3.2.Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.

Теория. Специализированная физическая подготовка проводится вне льда, имеет специфическую направленность и решает задачи преимущественного развития 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.

Практика. Приседания с отягощением. Подскоки и прыжки после приседа. Прыжки на одной и на обеих ногах с продвижением. Спрыгивание (высота 40-80 см) с последующим прыжком вверх. Подвижные игры типа "Волк во рву", "Челнок" и т.д. Вбрасывание шайбы на дальность.

Тема 3.3.Упражнения для развития специальной выносливости.

Теория. В ходе специализированной физической подготовки обеспечивается как комплексное, так и избирательное воздействие на специальные физические качества и способности хоккеистов. Специализированная физическая подготовка осуществляется главным образом на подготовительном и переходном этапах годичного цикла.

Практика. Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. Переменный бег. Кроссы с переменной скоростью. Многократно повторяемые специальные технико-тактические упражнения. Игровые упражнения с шайбой большей интенсивности, тренировочные игры с увеличенной продолжительностью. Игры с уменьшенным по численности составом.

Раздел 4. Основы техники и тактики.
Тема 4.1.Техническая подготовка.

Теория. Техническая подготовка является одной из важных составляющих системы подготовки юных хоккеистов. Она тесно связана с другими видами подготовки (физической, тактической, игровой и психологической) и во многом определяет уровень спортивного мастерства хоккеиста. Высокая техническая подготовленность хоккеиста позволяет ему полноценно реализовать свой двигательный (физический) потенциал в соревновательной деятельности и успешно решать сложные тактические задачи в экстремальных условиях игровой деятельности.

Практика. Индивидуальные действия с шайбой. Целесообразное использование изученных способов ударов по шайбе. Применение необходимого способа остановок в зависимости от направления, траектории и скорости шайбы. Определение игровой ситуации, целесообразной для использования ведения шайбы, выбор способа и направления ведения. Применение различных видов обводки: с изменением скорости и направления движения с шайбой, изученные финты в зависимости от игровой ситуации.

Индивидуальные действия без шайбы. Правильное расположение на поле. Умение ориентироваться и реагировать правильным образом на действие партнеров и соперника. Выбор момента и способа для «открывания» на свободное место с целью получения шайбы. Уметь оценивать целесообразность той или иной позиции, своевременно занимать наиболее выгодную позицию для получения шайбы. Эффективно использовать изученные приемы, способы и разновидности для решения тактических задач в зависимости от игровой ситуации.

Упражнения для развития умения «видеть поле». Выполнение заданий по зрительному сигналу (поднятая вверх или в сторону рука, шаг влево или вправо): во время передвижения – подпрыгнуть, имитировать удар клюшкой; во время ведения шайбы – повернуться кругом и продолжить ведение или сделать рывок 5м. Несколько игроков на ограниченной площади (центральный круг, штрафная площадь) водят в произвольном направлении свои шайбы и одновременно наблюдают за партнерами, чтобы не столкнуться друг с другом. 8-6 игроков образуют круг и передают друг другу в одно касание шайбу.

Индивидуальные действия. Правильно выбирать позицию по отношению к опекаемому игроку и противодействовать получению им шайбы, т.е. осуществлять «закрывание». Выбор момента и способа действия (удар или остановка) для перехвата шайбы. Умение

оценивать игровую ситуацию и осуществлять отбор шайбы изученными способами. Противодействие маневрированию, т.е. осуществлять «закрывание». И препятствовать сопернику в получении шайбы. Совершенствование в «перехвате» шайбы. В зависимости от игровой обстановки применять отбор шайбы изученными способами. Уметь противодействовать передаче, ведению и удару по воротам.

Групповые действия. Взаимодействие двух и более игроков. Умение точно и своевременно выполнять передачу в клюшку партнеру, на свободное место, под удар: короткую или среднюю передачу, верхом или низом. Комбинация «игра в стенку». Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях. Уметь взаимодействовать с партнером при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи. Комбинации в парах: «стенка», «скрещивание», «пропуск шайбы». Начинать и развивать атаку из стандартных положений.

Командные действия. Уметь выполнять основные обязанности в атаке на своем игровом месте, играя по избранной тактической системе в составе команды. Расположение и взаимодействие игроков при атаке флангом и через центр

Тема 4.2.Тактическая подготовка.

Теория. Тактическая подготовка предполагает изучение индивидуальных, групповых и командных действий в нападении и защите. На начальных этапах подготовки обучение тактике ведется в основном через подвижные игры и игровые упражнения – как на земле, так и на льду.

На последующих этапах тактическая подготовленность совершенствуется преимущественно в игровых упражнениях, спортивных играх, тренировочных и календарных матчах.

Практика. Для обучения тактике можно использовать следующие средства и методы:

1. теоретические занятия с объяснением и разбором на макете хоккейного поля тактических построений с указанием функций каждого игрока и их взаимодействий;
2. разучивание тактических взаимодействий при различных построениях в ходе тренировок вне льда;
3. отработку взаимодействий хоккеистов в различных числовых сочетаниях в облегченных условиях, т.е. без сопротивления соперника;
4. освоение взаимодействий игроков в различных числовых сочетаниях при пассивном противоборстве, а затем и при активном противоборстве соперников (2х1, 3х1, 3х2, 1х1 и др.).
5. совершенствование взаимодействий игроков в обороне при различном соотношении обороняющихся и атакующих игроков (1х1, 1х2, 1х3, 2х3 и др.).
6. тренировочные игры с остановками и детальным разбором правильных и ошибочных действий.

Во время тактических занятий необходимо стараться формировать у юных хоккеистов единые критерии оценки игровых ситуаций, а так же способствовать созданию вариативных навыков действий и взаимодействий.

На начальном этапе обучения изучаются в основном индивидуальные тактические действия и групповые взаимодействия. На учебно-тренировочном этапе ведется обучение командным тактическим построениям игры. В процессе тактической подготовки, особенно на этапе совершенствования, тренер должен поощрять и развивать проявление творческих способностей игроков при принятии и реализации нестандартных решений.

Тактическая подготовка занимает важное место в системе многолетней тренировки юных хоккеистов и потому должна иметь место в каждом занятии.

Тема 4.3.Тактика и техника игры вратаря.

Теория. Вратарь занимает особое место в команде, можно сказать, это половина команды. Успешная игра вратаря придаёт уверенности всей команде. Для этого у вратаря должны быть развиты следующие качества: ловкость, игровое понимание, скорость мышления, умение хорошо кататься на коньках, владеть клюшкой, то есть то, что умеет делать любой хоккеист. Вратарь должен уметь оценивать игровую ситуацию, быстро принимать решения и отражать шайбы, обладать психологической устойчивостью.

Практика. При работе с подростками учитываются особенности их развития, то есть уделяется внимание не только физической и технической, но и психологической подготовке. Для этого используются специальные и классические упражнения для вратарей:

-катание на льду;

- правильная вратарская стойка;
- правильный выбор позиции;
- перемещения в воротах;
- обработка шайбы;
- владение клюшкой;
- общие вратарские навыки.

Раздел 5 Знания образовательно-познавательной направленности

Тема 5.1. Основы контроля и самоконтроля в процессе занятий хоккеем с шайбой.

Теория: Правила техники безопасности и профилактики травматизма во время занятий хоккеем. Правила поведения в спортивном зале и на пришкольной спортивной площадке. Требования к одежде и обуви для занятий физическими упражнениями (в спортивном зале, на пришкольной спортивной площадке при различных погодных условиях). Основы самостоятельных занятий физическими упражнениями прикладной направленности. Выбор и подготовка мест для занятий (открытые площадки, домашние условия). Требования безопасности к выбору занятий физическими упражнениями на открытом воздухе. Спортивный инвентарь для домашних занятий физическими упражнениями. Комплексы упражнений для утренней зарядки, на развитие физических способностей, дыхательные упражнения. Дозирование физической нагрузки.

Тема 5.2. Основы техники безопасности при занятиях хоккеем с шайбой

Теория: Знакомство с основными требованиями техники безопасности во время занятий хоккеем с шайбой. Первая медицинская помощь.

Практика. Содержание аптечки первой медицинской помощи.

Контрольно-физкультурные мероприятия

Теория: Содержание контрольных нормативов по программе.

Практика: Спортивные мероприятий должны планироваться заранее и равномерно распределяться в течение учебного года.

Учебные соревнования проводятся для проверки освоения школьниками двигательных умений и навыков, указанных в данном тематическом планировании, а также для выявления уровня физической подготовленности учащихся .

1.4.Планируемые результаты:

В результате освоения содержания программы учащиеся должны :

Образовательные результаты

-сформированы базовые знания, умения и навыки в области физической культуры и спорта;

- соблюдены меры безопасности и правила профилактики травматизма на занятиях по хоккею с шайбой;

- освоены знания о хоккее, его истории и о современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

- обучены навыкам и умениям в данной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

- обучены технике передвижений, остановок, поворотов;

- освоена техника ударов по шайбе и остановок шайбы; - обучены технике ведения шайбы;

- освоена техника ударов по воротам;

- освоена техника владения шайбой и развитие координационных способностей;

- освоена тактики игры.

Результаты в формировании двигательных действий

-повышен уровень выносливости;

- повышен уровень скоростных и скоростно-силовых способностей;

- научены технически правильно выполнять двигательные действия в хоккее, и использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Результаты в воспитании спортсмена

- развиты умения взаимодействовать с окружающими, выполняя разные физические упражнения в пределах физических потребностей и возможностей учащегося;

- развиты познавательные, эмоциональные и волевые качества учащегося;

- сформирована привычка к самостоятельным занятиям,

- сформирована культуры здорового и безопасного образа жизни.

В результате реализации программы обучающиеся будут знать:

1. начальные знания по анатомии человека;
2. принципы правильного образа жизни;
3. основные виды движений в хоккее с шайбой;
4. базовые движения с шайбой в команде.

В результате реализации программы обучающие будут уметь:

1. выполнять комплекс упражнений для формирования правильной осанки;
2. выполнять базовые шаги хоккея с шайбой;
3. выполнять комплекс упражнений для развития основных физических качеств;
4. выполнять упражнения в команде;
5. выполнять упражнения в различных видах формирований.

У обучающихся будут развиты следующие личностные качества:

- умение работать в команде;
- навыки правильного образа жизни;
- воспитание морально-волевых качеств;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к спортивному образу жизни, правильному питанию.

Предполагаемые результаты:

Личностные результаты	**Метапредметные результаты**	**Предметные результаты**
- улучшается быстрота, ловкость, координация, повысится выносливость.	- выработка гигиенических навыков и привычек соблюдения режима труда и отдыха; способность преодолевать физические нагрузки во время игры; построение дружеских взаимоотношений между учениками.	- знать историю развития игры, правила игры; иметь представление о технике нанесения ударов, передач шайбы, основах тактики игры.

2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1.Календарный учебный график

№ п/п	**Месяц**	**Число**	**Форма занятий**	**Кол-во часов**	Тема занятий	**Форма контроля**
1	сентябрь	3	Теория	1	Введение в общеобразовательную	Входная диагностика

					программу	уровня физической подготовленности
2		8	Теория	1	Краткий обзор возникновения и развития хоккея с шайбой. Год рождения хоккея с шайбой. Основатели игры в хоккей. Родина хоккея с шайбой. Первые шаги хоккея в мире и у нас в стране.	Текущий контроль (теоретические тесты)
3		10	Теория	1	Развитие двигательных качеств и умений человека	
4		15	Теория/ практика	1	Общефизическая подготовка	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития ФК
5		17	Теория/ практика	1	Общефизическая подготовка	
6		22	Теория/ практика	1	Общефизическая подготовка	
7		24	Теория/ практика	1	Общефизическая подготовка	
8		29	Теория/ практика	1	Общефизическая подготовка	
9	Октябрь	1	Теория/ практика	1	Общефизическая подготовка	
10		6	Теория/ практика	1	Общефизическая подготовка	
11		8	Теория/ практика	1	Общефизические упражнения	
12		13	Теория/ практика	1	Общефизические упражнения	
13		15	Теория/ практика	1	Общефизические упражнения	
14		20	Теория/ практика	1	Беговая подготовка	Текущий контроль (тестовый контроль по нормативам)
15		22	Теория/ практика	1	Беговая подготовка	
16		27	Теория/ практика	1	Беговая подготовка	
17		29	Теория/	1	Беговая подготовка	

			практика			
18	ноябрь	10	Теория/ практика	1	Упражнения для развития быстроты	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития ФК
19		12	Теория/ практика	1	Упражнения для развития быстроты	
20		17	Теория/ практика	1	Упражнения для развития быстроты	
21		19	Теория/ практика	1	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	
22		24	Теория/ практика	1	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	
23		26	Теория/ практика	1	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств	
24	декабрь	1	Теория/ практика	1	Упражнения для развития специальной выносливости	
25		3	Теория/ практика	1	Упражнения для развития специальной выносливости	
26		8	Теория/ практика	1	Упражнения для развития специальной выносливости	
27		10	Теория/ практика	1	Упражнения для развития специальной выносливости	
28		15	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
29		17	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
30		22	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
31		24	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
32		29	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
33	Январь	12	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
34		14	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
35		19	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	

36		21	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
37		26	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
38		28	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
39	февраль	2	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
40		4	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития ФК
41		9	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
42		11	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
43		16	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
44		18	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
45		23	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
46		25	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
47	март	2	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
48		4	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
49		9	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
50		11	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
51		16	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
52		18	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
53		23	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
54		25	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
55		30	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
56	Апрель	1	Теория/ практика	1	Техническая подготовка	
57		6	Теория/	1	Техническая	

			практика		подготовка	
58		8	Теория/ практика	1	Тактическая подготовка	
59		13	Теория/ практика	1	Тактическая подготовка	
60		15	Теория/ практика	1	Тактическая подготовка	
61		20	Теория/ практика	1	Тактическая подготовка	
62		22	Теория/ практика	1	Тактическая подготовка	
63		27	Теория/ практика	1	Тактическая подготовка	
64		29	Теория/ практика	1	Тактическая подготовка	
65	май	11	Теория/ практика	1	Тактическая подготовка	
66		13	Теория/ практика	1	Тактическая подготовка	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития ФК
67		18	Теория/ практика	1	Тактическая подготовка	
68		20	Теория/ практика	1	Тактика и техника игры вратаря.	
69		25	Теория/ практика	1	Тактика и техника игры вратаря.	
70		27	Теория/ практика	1	Тактика и техника игры вратаря.	
71		28	Теория/ практика	1	Основы контроля и самоконтроля в процессе выполнения физических упражнений	Текущий контроль (теоретические тесты, беседы)
72		29	Теория/ практика	1	Основы техники безопасности при занятиях физическими упражнениями	
ИТОГО				72		

2.2.Условия реализации программы

Занятия по хоккею проводятся в типовом спортивном зале (9х18м.) и на футбольном поле (20х40м.), зимой на хоккейной коробке (20Х40м.).

Материально-техническое обеспечение программы:

№п/п	Наименование	Количество
1	Клюшка полевого игрока(L)	10 шт.
2	Клюшка полевого игрока(R)	9 шт.
3	Сетка хоккейная (на ворота)	2 шт.
4	Налокотники взрослые	10 пар
5	Щитки игрока	10 пар
6	Шорты игрока	10 пар
7	Коньки полевого игрока	20 пар
8	Шлем игрока	10 шт.
9	Щитки вратаря	1 пара
10	Раковина вратаря	1 шт.
11	Шорты вратаря	1 шт.
12	Нагрудник вратаря	1 шт.
13	Блин, ловушка вратаря	1 пара
14	Защита шеи вратаря	1 шт.
15	Коньки вратаря	1 пара
16	Майка игрока	10 шт.
17	Хоккейные шайбы	20 шт.
18	Шлем вратаря	1 шт.

Методическое обеспечение программы

В зависимости от поставленных задач на учебном занятии используются различные методы обучения (словесные, наглядные, практические), чаще всего их комплексное сочетание.

Основные формы проведения занятий – учебно-тренировочное занятие.

В качестве дидактического материала используются:

- наглядные пособия;
- сведения из интернета (спортивные информационные платформы)
- книги, брошюры, газетные материалы;
- фото и видеоматериалы;
- тесты, кроссворды по темам;
- компьютерные презентации по темам.

Для реализации программы внеурочной спортивно-оздоровительной деятельности учащихся по хоккею с шайбой, необходимо обеспечить определѐнные ресурсы: материально-технический, организационный, информационно-методический.

Материально-технический ресурс:

• игровой спортивный зал;

• пришкольный стадион (площадка), оснащённый игровым и спортивным оборудованием;

• кабинет, оснащѐнный компьютером;

• секундомер;

• перекладина гимнастическая;

• скамейки гимнастические;

• дорожка разметочная ;

• теннисные мячи; футбольные мячи;

• мишени для метания (обручи гимнастические диаметром 90 см, закреплѐнные на стене);

• рулетка измерительная (2—3 м.);

• инвентарь для проведения подвижных игр;

• подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования;

• аптечка первой помощи;

Организационный ресурс:

• поддержание необходимой дисциплины;

• проведение занятий при строгом соблюдении правил техники безопасности и режима. Это позволяет избегать случаев травматизма, переутомления учащихся.

Информационно-методический ресурс:

• комплектность обеспечения внеурочной деятельности учебными пособиями, демонстрационными учебными пособиями, учебно-методической литературой, электронными образовательными ресурсами с учѐтом достижения целей и планируемых результатов освоения программы внеурочной деятельности;

Занятия проходят в специально оборудованных спортзалах, также на спортивной, специально оборудованной площадке. И в зале и на площадке должны создаваться условия согласно государственному нормативу. И в зависимости от погодных условий, и условий, где будет проходить ваше занятие.

Требования к одежде для занятий:

1. одежда должна быть чистой;
2. должна впитывать пот;
3. должна иметь длину, позволяющую выполнять свободно разные физические движения;
4. должна быть лёгкой и удобной.

Для занятий обычно требуется два вида форм:

- длинная (для занятий на улице, или спортивных площадка);
- короткая (для занятий в спортзале).

Короткая спортивная форма – это может быть шорты и футболка, майка и короткие лосины, топ и шорты.

Длинная форма — это может быть спортивные костюмы: спортивные брюки и футболка, длинные лосины и кофта, и т.д.

Требования, к обуви:

- подошва кроссовок должна быть толстой и упругой;
- должна быть изготовлены из мягкой ткани;
- должна иметь супинатор.

Для занятий необходимо иметь два варианта обуви:

- для улицы;
- для спортзала.

Из обуви это могут быть: кроссовки, кеды, мокасины, спортивные ботинки. Спортивная обувь должна не давить и не натирать, должна быть удобной и не слишком тяжёлой. Во время занятий бегом должно быть легко и удобно поднимать ноги.

2.3.**Формы аттестации.**

В качестве форм аттестации и подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы предусмотрено проведение и участие в соревнованиях по хоккею с шайбой, выполнения контрольных и промежуточных тестов, анкетирования, определения уровня технической и теоретической подготовки, участие в соревнованиях школьного и муниципального уровня.

Контрольные нормативы хоккеистов 12-15 лет

ТЕСТЫ		**ВОЗРАСТ**								
					12-13 лет			**14-15 лет**		
					ОТЛ	**ХОР**	**УД**	**ОТЛ**	**ХОР**	**УД**
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА										
1	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)				11	9	8	13	11	10
2	Прыжки в длину с места (см)				201	193	185	-	-	-
3	Тройной прыжок с места (см)				-	-	-	599	586	572
4	Поднимание туловища				48	44	41	48	45	42
5	Бег 60 м (сек)				8,96	9,25	9,54	8,52	8,73	8,93
6	Бег 300 м (сек)				52,6	53,7	54,7	49,6	50,8	52,0
7	Бег 3000 м (мин)				13,0	13,24	13,48	12,42	13,06	13,24
СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА										
1	Бег на коньках 36 м лицом вперед (сек)				5,7	5,8	6,0	5,4	5,5	5,7
2	Бег на коньках 36 м спиной вперед (сек)				7,9	8,2	8,4	7,4	7,8	8,1
3	Челночный бег на коньках 18х12 м (сек)				54,6	55,9	57,3	51,5	52,5	53,7
4	8-минутный бег на коньках (км)				2,870	2,790	2,710	3,250	2,950	2,850
5	Слаломный бег на коньках без шайбы лицом вперед (сек)				26,5	27,4	28,3	25,1	26,0	26,9

6	Слаломный бег с ведением шайбы (сек)				28,0	29,1	30,2	27,1	27,9	28,0
7	Техника владения клюшкой и шайбой (разница времени прохождения тестов 5 и 6)				0,93	1,38	1,82	0,90	1,31	1,71
8	Точность бросков шайбы в цель				13	12	10	15	13	12

Формы подведения итогов:

- соревнования;
- дружеские встречи;
-участие в спортивных соревнованиях.

2.4. Оценочные материалы.

Качественные критерии успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и техническими навыками.

Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний.

Осуществляя оценивание подготовленности по программе, учитель реализует не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определённый период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к занятиям.

Итоговая аттестация

- опрос (тестирование) учащихся по пройденному теоретическому материалу;
- мониторинг результатов физической подготовленности по окончанию курса обучения;
- мониторинг результатов технической подготовленности по окончанию курса обучения;
- оценка морфофункционального состояния;
- оценка психоэмоционального состояния и уровня мотивации;
- результаты спортивных достижений (участие в соревнованиях).

Требования к знаниям и умениям обучающихся по результатам освоения программы

знают:

-Правила техники безопасности во время игры в хоккей;

Правила соревнований по хоккею с шайбой;

- Гигиенические требования во время занятий хоккеем;

умеют:

-Владеют техникой катания на коньках;

- Владеют техникой ведения и бросков шайбы;
-Владеют тактическими навыками игры.

2.5. Методические материалы.
Описание приёмов, методов и технологий

В образовательном процессе используются следующие педагогические технологии:
информационно-коммуникативного обучения;
дифференцированного обучения;
игровые технологии (общие и расширенные формы);
обучение в сотрудничестве;
здоровьесберегающие технологии.

Формы организации образовательного процесса: индивидуальная, индивидуально-групповая. Методы и приемы обучения и воспитания используются с учетом возрастных особенностей.

Для реализации программы используются следующие методы:

В процессе занятий по программе используются две большие группы методов: общепедагогические, включающие словесные и наглядные методы, и практические, включающие методы строго регламентированного упражнения, игровой и соревновательный.

Все эти методы применяют в различных сочетаниях. Каждый метод используют не стандартно, а постоянно приспосабливают к конкретным требованиям, обусловленным особенностями спортивной практики.

Педагогические методы

Словесный метод - применяемым в спортивной тренировке, относятся рассказ, объяснение, беседа, анализ и обсуждение и др. Эти формы наиболее часто используют в лаконичном виде, особенно при подготовке квалифицированных спортсменов, чему способствует специальная терминология, сочетание словесных методов с наглядными.

Наглядный метод, используемые в спортивной практике, многообразны и в значительной степени обуславливают действенность процесса тренировки. В последние годы широко применяются вспомогательные средства демонстрации - учебные фильмы, видео записи, макеты игровых площадок и полей для демонстрации тактических схем, электронные игры.

Методы физической подготовки

Методы строго регламентированного упражнения. Основная черта данных методов заключается в строгой упорядоченности действий выполняющего упражнения и достаточно четком регулировании воздействующих факторов.

Среди методов,направленных преимущественно на освоение спортивной техники,следует выделять методы разучивания упражнений в целом (целостно-конструктивные) и по частям (расчленено-конструктивные).

В процессе спортивной тренировки упражнения используются в рамках двух основных групп методов - ***непрерывных и интервальных.***

Непрерывные методы тренировки, применяемые в условиях равномерной и переменной работы, в основном используются для повышения аэробных возможностей, воспитания специальной выносливости к работе средней и большой длительности.

Возможности непрерывных методов тренировки в условиях переменной работы значительно многообразнее.

В случае применения варьирующего варианта могут чередоваться части упражнения, выполняемые с различной интенсивностью или же с различной интенсивностью и изменяющейся продолжительностью.

Интервальные методы тренировки (в том числе повторные и комбинированные) широко применяются в практике спортивной тренировки. Выполнение серии упражнений одинаковой и разной продолжительности с постоянной и переменной интенсивностью и строго регламентированными произвольными паузами является типичным для данных методов. В одном комплексе могут также сочетаться прогрессирующий и нисходящий варианты.

Игровой метод - основной метод, реализуется в виде общепринятых подвижных и спортивных игр, однако, его нельзя осуществлять с какой-либо конкретной игрой. В принципе, он может быть использован на материале самых разнообразных двигательных действий при условии, что они поддаются организации в соответствии с требованиями игрового метода.

Не менее важна его роль как средства активного отдыха и переключения на иной вид двигательной активности с целью ускорения и повышения эффективности адаптационных и восстановительных процессов, поддержания ранее достигнутого уровня подготовленности.

Соревновательный метод предполагает специально организованную соревновательную деятельность, которая в данном случае выступает в качестве оптимального способа повышения эффективности тренировочного процесса.

Применение данного метода связано с повышенными требованиями к технико-тактическим, физическим и психическим возможностям спортсмена, вызывает глубокие сдвиги в деятельности важнейших систем организма и тем самым стимулирует адаптационные процессы, обеспечивает интегральное совершенствование различных сторон подготовленности спортсмена.

Соревнования могут проводиться в усложненных или облегченных условиях по сравнению с официальными.

Методическое обеспечение программы

Раздел программы	**Формы занятий**	**Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса**	**Дидактический материал**	**Техническое оснащение занятий**	**Формы подведения итогов**
Введение в общеобразовательную программу	Образовательно-тренировочное	*Словесные*: рассказ, беседа, Практические: пробные учебные занятия, направленные на выполнение	Видеоматериал, иллюстрации.	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь.	Тестирование уровня теоретических знаний
Теоретический раздел	Учебное занятие обычно в процессе	*Словесные*: рассказ, беседа, пояснение.	Видеоматериал, иллюстрации.	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь .	Тестирование уровня теоретических знаний

	тренировочного занятия	Видеоматериал.			
Формирование двигательных умений и навыков. Общефизическая подготовка.	Образовательно-тренировочное	*Словесные*: рассказ, беседа, пояснение. *Практические:* использование повторного, интервального, дифференцированного и, соревновательного метода. Метода круговой тренировки	Спортивный инвентарь, раздаточный материал по направлению развития двигательных качеств.	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития физических качеств
Общефизические упражнения	Образовательно-тренировочное	*Словесные*: рассказ, беседа, пояснение. *Практические:* использование повторного, интервального, дифференцированного и, соревновательного метода. Метода круговой тренировки	Спортивный инвентарь, раздаточный материал по направлению развития двигательных качеств.	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь, спортивный стадион	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития ФК
Беговая подготовка	Образовательно-тренировочное	*Словесные*: рассказ, беседа, пояснение. *Практические:* использование повторного,	Спортивный инвентарь, раздаточный материал по направлению развития двигательных качеств.	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь, спортивный стадион	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития физических

		интервального, дифференцированного и, соревновательного метода. Метода круговой тренировки			качеств
Специальная физическая подготовка	Образовательно-тренировочное	*Словесные*: рассказ, беседа, пояснение. *Практические:* использование повторного, интервального, дифференцированного и, соревновательного метода. Метода круговой тренировки	Спортивный инвентарь, раздаточный материал по направлению развития двигательных качеств.	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь, спортивный стадион, хоккейная коробка.	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития ФК
Развитие быстроты	Образовательно-тренировочное	*Словесные*: рассказ, беседа, пояснение. *Практические:* использование повторного, интервального, дифференцированного и, соревновательного метода. Метода круговой тренировки	Спортивный инвентарь, раздаточный материал по направлению развития двигательных качеств.	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь, спортивный стадион, хоккейная коробка.	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития ФК
Развитие	Образовательно-	*Словесные*: рассказ,	Спортивный инвентарь,	Оборудованный спортивный зал,	Тестирование уровня

скоростно-силовых качеств	трениров очное	беседа, пояснение. *Практические:* использование повторного, интервального, дифференцированного и, соревновательного метода. Метода круговой тренировки	раздаточный материал по направлению развития двигательных качеств.	спортивный инвентарь, спортивный стадион, хоккейная коробка.	физической подготовленности, текущий контроль развития ФК
Упражнения для развития специальной выносливости	Образовательно-трениров очное	*Словесные*: рассказ, беседа, пояснение. *Практические:* использование повторного, интервального, дифференцированного и, соревновательного метода. Метода круговой тренировки	Спортивный инвентарь, раздаточный материал по направлению развития двигательных качеств.	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь, хоккейная коробка.	Тестирование уровня физической подготовленности, текущий контроль развития ФК
Основы техники и тактики	Образовательно-трениров очное	*Словесные*: рассказ, беседа, пояснение. *Практические:* использование повторного, интервального, дифференцированного и, соревнователь	Спортивный инвентарь, раздаточный материал по направлению развития техники и тактики игры.	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь, хоккейная коробка.	Тестирование уровня технической и тактической подготовленности, текущий контроль развития ФК

		ного метода.			
Техническая подготовка	Образовательно-тренировочное	*Словесные*: рассказ, беседа, пояснение. *Практические:* использование повторного, интервального, дифференцированного и, соревновательного метода. Метода круговой тренировки	Спортивный инвентарь, раздаточный материал по направлению развития технических элементов.	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь, хоккейная коробка.	Тестирование уровня технической подготовленности, текущий контроль развития ФК
Тактическая подготовка	Образовательно-тренировочное	*Словесные*: рассказ, беседа, пояснение. *Практические:* использование повторного, интервального, дифференцированного и, соревновательного метода.	Спортивный инвентарь, раздаточный материал по направлению развития тактики игры.	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь.	Тестирование уровня тактической подготовленности, текущий контроль развития ФК
Тактика и техника игры вратаря	Образовательно-тренировочное	*Словесные*: рассказ, беседа, пояснение.	Раздаточный материал по направлению развития технических и тактических действий и контролю физической нагрузки.	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь, хоккейная коробка.	Тестирование уровня технической и тактической подготовленности.
Основы контроля и самоконтро	Объяснение, практиче	*Словесные*: рассказ, беседа,	Раздаточный материал по технике	Оборудованный спортивный зал, хоккейная коробка,	Тестирование уровня теоретических

ля в процессе выполнения физических упражнений	ское занятие	пояснение. *Словесные*: рассказ, беседа, пояснение.	безопасности при выполнении физических упражнений и технических действий.	спортивный инвентарь	знаний
Основы техники безопасности в процессе выполнения физических упражне.	Объяснение, практическое занятие	*Словесные*: рассказ, беседа, пояснение. *Словесные*: рассказ, беседа, пояснение.	Раздаточный материал по технике безопасности при выполнении физических упражнений	Оборудованный спортивный зал, спортивный инвентарь, хоккейная коробка.	Тестирование уровня теоретических знаний
Контрольно-физкультурные мероприятия (итоговая аттестация)	Образовательно-тренировочное Соревновательное	Организация и проведение спортивных соревнований.	Методические рекомендации по проведению соревнований, Методические рекомендации по выполнению нормативов .	Оборудованный спортивный зал, спортивный стадион, хоккейная коробка.	Результаты спортивных соревнований.

2.6. Список литературы для учителя:

1. В.А. Быстров, "Основы обучения и тренировки юных хоккеистов". Издательство "Терра-Спорт" 2000 г.

2.Айрапетянц Л.Р., Педагогические основы планирования и контроля соревновательной и тренировочной деятельности в спортивных играх: автореферат дисс. д.п.н. / Л.Р. Айрапетянц. М., 1992. -41 с.

3.Арестов Ю.М.Оценка и управление тренировочными нагрузками: методические рекомендации / Ю.М. Арестов, А.А. Кириллов. М.: Спорткомитет СССР, 1976. - 18 с.

4.Базилевич О. Структура игры и программа тренировки / О. Базилевич, А Зеленцов, В. Лобановский. // Футбол-хоккей. 1977. - №40. - С. 1213.

5. Базилевич О.П. Занятия в подготовительном периоде / О.П.Базилевич, В.В.Лобановский, А.М.Зеленцов. // Футбол-хоккей. 1975. - № 10. -С. 14-15.

6. Верхошанский Ю.В. Некоторые вопросы построения тренировки в годичном цикле в скоростно-силовых видах спорта / Ю.В. Верхошанский И.Н. Мироненко, Т.М. Антонова // Проблемы оптимизации тренировочного процесса. М., 1982. - С. 50-80.

7.Верхошанский Ю.В. Основные положения организации тренировочного процесса хоккеистов /Ю.В. Верхошанский, В.В. Лазарев // Тенденции развития спорта высших достижений. М., 1993. - С. 121 — 134.

8. Ладислав Горский: Тренировка хоккеистов: Пер. со словац.- М., ФК и спорт,1981

9. Игра вратаря в хоккее с шайбой/ под ред. Брайана Даккорда; пер. с анг. В.Сизоненко.- К.: Олимп. лит., 2013.

10.Хоккей. Книга-тренер.- Москва : Эксмо, 2016.

11.Хоккей: программа спортивной подготовки для детско - юношеских школ. М.: Советский спорт, 2006.

12. Горский Л. Игра хоккейного вратаря.- М ,ФИС , 1974.

13. Савин В.П. Теория и методика хоккея. Учебник для студентов высших учебных заведений. - М. : Академия , 2003.

14. Спортивные игры. Учебник для вузов под редакцией Ю.Д Железняка М.:Академия , 2002.

15. Контроль за подготовкой юных хоккеистов. М. : 1993.

Список литературы для обучающихся:

1.Хоккей : 10 вопросов детскому тренеру.- СПб.: Издательский Дом «Литера», 2013

2.Дерябин С.Е. Контроль за подготовкой юных хоккеистов – М.: Физкультура и спорт, 1981.

3.Спортивные и подвижные игры/ учебное пособие: под ред. П.А. Чумакова. – М.: Ф

4.Букатин А.Ю., Лукашин Ю.С. Я учусь играть в хоккей: Энциклопедия юного хоккеиста.

– М.: Лабиринт Пресс, 2004. – 352 с.: ил. – (ИнтерYES).

5.Букатин А.Ю., Колузганов В.М. Юный хоккеист.- М.: ФИС , 1986. 2. Хоккей. Правила игры.

6.Тарасов А.В. Детям о хоккее. - М.: Советская Россия , 1969.

7.Третьяк В . Советы юному вратарю. М.: Просвещение , 1987.