

Комитет по делам образования города Челябинска
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Дом детской культуры «Ровесник» г. Челябинска»

Принята на заседании методического
(педагогического) совета
от «5» сентября 2020г.
Протокол № 1

Утверждаю:
Директор МБУДО «ДК «Ровесник»
г. Челябинска
 /Дергунова Н.С./
«5» сентября 2020г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности
«Хоккей»**

Возраст обучающихся: 9 – 18 лет
Срок реализации: 6 лет

Автор-составитель:
Свирепо Геннадий Юрьевич,
педагог дополнительного
образования

Содержание

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы		
1.1.	Пояснительная записка программы	3
1.2.	Цель и задачи программы	5
1.3.	Содержание программы	
	Распределение учебных часов по годам обучения	6
	Учебный план. 1 год обучения	7
	Учебный план. 2 год обучения	8
	Учебный план. 3 год обучения	9
	Учебный план. 4 год обучения	10
	Учебный план. 5 год обучения	11
	Учебный план. 6 год обучения	12
	Содержание программы. 1 год обучения	13
	Содержание программы. 2 год обучения	15
	Содержание программы. 3 год обучения	17
	Содержание программы. 4 год обучения	19
	Содержание программы. 5 год обучения	21
	Содержание программы. 6 год обучения	23
1.4.	Планируемые результаты	25
Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий		
2.1.	Календарный учебный график	28
2.2.	Календарно-тематическое планирование. 1 год обучения	29
	Календарно-тематическое планирование. 2 год обучения	30
	Календарно-тематическое планирование. 3 год обучения	31
	Календарно-тематическое планирование. 4 год обучения	32
	Календарно-тематическое планирование. 5 год обучения	33
	Календарно-тематическое планирование. 6 год обучения	34
2.3.	Условия реализации программы	35
2.4.	Формы аттестации	36
2.5.	Оценочные материалы	37
2.6.	Методические материалы	40
2.7.	Список литературы для педагога	41
	Список литературы для обучающихся	44
3.	Приложение	45

Раздел № 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Хоккей – один из самых популярных видов спорта. В него играют и болеют за любимые команды на всех континентах. Вряд ли найдется тот, кто не играл в хоккей в детстве или не наблюдал за игрой со стороны.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хоккей» имеет физкультурно-спортивную направленность, и разработана с целью приобщения подрастающего поколения к физической культуре и спорту, к здоровому образу жизни.

Актуальность программы заключается в необходимости популяризации здорового активного образа жизни. Благодаря систематическим занятиям физической культурой и спортом улучшается телосложение и осанка, укрепляется здоровье, обучающиеся развиваются как физически, так и интеллектуально. Работа в команде способствует социализации обучающегося в обществе, формирует у него такие чувства как уважение и ответственность.

Физическое воспитание в единстве с умственным, нравственным, эстетическим и трудовым воспитанием обеспечивает всестороннее развитие личности.

Отличительные особенности программы

Содержание программы разделено на три этапа:

- этап начальной подготовки (1 год обучения),
- учебно-тренировочный этап (2 – 4 года обучения),
- этап спортивного совершенствования (5 – 6 года обучения).

На этапе начальной подготовки проводится работа по формированию стойкого интереса к занятиям хоккеем, а также работа по развитию физических качеств обучающихся таких, как быстрота, гибкость, координация. На занятиях обучающиеся получают первоначальные сведения об игре в хоккей, знакомятся с основами техники и тактики.

На учебно-тренировочном этапе продолжается работа по воспитанию физических качеств (быстроты, гибкости, координационных качеств) и специальных физических качеств (силовых, скоростных, координационных и специальной (скоростной) выносливости). Обучающиеся продолжают овладевать приемами техники хоккея и их совершенствование в усложненных условиях (соревновательной деятельности), разучивают индивидуальные и групповые тактические действия в атаке и обороне.

На этапе спортивного совершенствования обучающиеся знакомятся со сложными приемами техники, а также работают над совершенствованием ранее изученных индивидуальных, групповых и командных тактических действий в атаке и обороне. Совершенствуется соревновательная деятельность юных хоккеистов с учетом их индивидуальных особенностей и игрового амплуа.

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте от **9 до 18 лет** и реализуется в течение 6 лет.

В коллектив принимаются все желающие при наличии медицинского допуска.

Состав групп постоянный, разновозрастный. Форма обучения очная.

На всех годах обучения занятия проходят 3 раза в неделю по 2 часа, что составляет 216 часов в год.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для физического и духовного развитие обучающихся, приобщение их к здоровому образу жизни посредством ознакомления с игрой в хоккей.

Задачи программы: **личностные**

- Прививать интерес к регулярным занятиям.
- Воспитывать дисциплинированность.
- Воспитывать положительные морально-волевые качества (решительность, смелость, выдержка, самообладание, мужество, ответственность и т.д.).
- Воспитывать спортивный характер.

метапредметные

- Развивать физические качества такие, как сила, быстрота, выносливость, координация.
- Развивать специальные физические качества.
- Способствовать укреплению здоровья.
- Развивать память, внимание.

предметные

- Познакомить с техникой выполнения физических упражнений.
- Познакомить с историей, хоккейной экипировкой, правилами игры в хоккей.
- Познакомить с основами техники хоккея.
- Сформировать навыки игры в хоккей (индивидуально и всей команды в целом).
- Познакомить с разновидностями спортивных игр.

1.3. Содержание программы

Распределение учебных часов по годам обучения

№	Название раздела	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	5 год обучения	6 год обучения
1	Вводное занятие	1	1	1	1	1	1
2	Общая физическая подготовка	54	54	54	54	54	54
3	Специальная физическая подготовка	27	27	27	27	27	27
4	Тактическая подготовка	18	27	27	36	36	45
5	Техническая подготовка	36	36	36	27	27	18
6	Спортивные игры	48	39	39	39	39	39
7	Инструкторская и судейская практика	4	4	4	4	4	4
8	Соревнования	24	24	24	24	24	24
9	Контрольные занятия	4	4	4	4	4	4
	Всего	216	216	216	216	216	216

**Учебный план
1 год обучения**

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	Беседа
2	Общая физическая подготовка	54	8	46	Выполнение упражнений, опрос
3	Специальная физическая подготовка	27	5	22	Выполнение упражнений, опрос
4	Тактическая подготовка	18	4	14	Двусторонние игры, беседа
5	Техническая подготовка	36	6	30	Тесты на освоение технических навыков и приёмов
6	Спортивные игры	48	6	42	Двусторонние игры, участие в соревнованиях
7	Инструкторская и судейская практика	4	1	3	Опрос, практика в двусторонних играх
8	Соревнования	24	6	18	Участие в соревнованиях
9	Контрольные занятия	4	-	4	Сдача нормативов по соответствующим возрастным критериям
	Итого:	216	37	179	

**Учебный план
2 год обучения**

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	Беседа
2	Общая физическая подготовка	54	8	46	Выполнение упражнений, опрос
3	Специальная физическая подготовка	27	5	22	Выполнение упражнений, опрос
4	Тактическая подготовка	27	5	22	Двусторонние игры, беседа
5	Техническая подготовка	36	6	30	Тесты на освоение технических навыков и приёмов
6	Спортивные игры	39	5	34	Двусторонние игры, участие в соревнованиях
7	Инструкторская и судейская практика	4	1	3	Опрос, практика в двусторонних играх
8	Соревнования	24	6	18	Участие в соревнованиях
9	Контрольные занятия	4	-	4	Сдача нормативов по соответствующим возрастным критериям
	Итого:	216	37	179	

**Учебный план
3 год обучения**

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	Беседа
2	Общая физическая подготовка	54	6	48	Выполнение упражнений, опрос
3	Специальная физическая подготовка	27	5	22	Выполнение упражнений, опрос
4	Тактическая подготовка	27	5	22	Двусторонние игры, беседа
5	Техническая подготовка	36	6	30	Тесты на освоение технических навыков и приёмов
6	Спортивные игры	39	5	34	Двусторонние игры, участие в соревнованиях
7	Инструкторская и судейская практика	4	1	3	Опрос, практика в двусторонних играх
8	Соревнования	24	6	18	Участие в соревнованиях
9	Контрольные занятия	4	-	4	Сдача нормативов по соответствующим возрастным критериям
	Итого:	216	35	181	

**Учебный план
4 год обучения**

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	Беседа
2	Общая физическая подготовка	54	4	50	Выполнение упражнений, опрос
3	Специальная физическая подготовка	27	3	24	Выполнение упражнений, опрос
4	Тактическая подготовка	36	6	30	Двусторонние игры, беседа
5	Техническая подготовка	27	5	22	Тесты на освоение технических навыков и приёмов
6	Спортивные игры	39	5	34	Двусторонние игры, участие в соревнованиях
7	Инструкторская и судейская практика	4	1	3	Опрос, практика в двусторонних играх
8	Соревнования	24	6	18	Участие в соревнованиях
9	Контрольные занятия	4	-	4	Сдача нормативов по соответствующим возрастным критериям
	Итого:	216	31	185	

**Учебный план
5 год обучения**

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	Беседа
2	Общая физическая подготовка	54	4	50	Выполнение упражнений, опрос
3	Специальная физическая подготовка	27	3	24	Выполнение упражнений, опрос
4	Тактическая подготовка	36	6	30	Двусторонние игры, беседа
5	Техническая подготовка	27	5	22	Тесты на освоение технических навыков и приёмов
6	Спортивные игры	39	5	34	Двусторонние игры, участие в соревнованиях
7	Инструкторская и судейская практика	4	1	3	Опрос, практика в двусторонних играх
8	Соревнования	24	6	18	Участие в соревнованиях
9	Контрольные занятия	4	-	4	Сдача нормативов по соответствующим возрастным критериям
	Итого:	216	31	185	

Учебный план 6 год обучения

№	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1	-	Беседа
2	Общая физическая подготовка	54	4	50	Выполнение упражнений, опрос
3	Специальная физическая подготовка	27	3	24	Выполнение упражнений, опрос
4	Тактическая подготовка	45	7	38	Двусторонние игры, беседа
5	Техническая подготовка	18	3	15	Тесты на освоение технических навыков и приёмов
6	Спортивные игры	39	5	34	Двусторонние игры, участие в соревнованиях
7	Инструкторская и судейская практика	4	1	3	Опрос, практика в двусторонних играх
8	Соревнования	24	6	18	Участие в соревнованиях
9	Контрольные занятия	4	-	4	Сдача нормативов по соответствующим возрастным критериям
Итого:		216	30	186	

Содержание программы 1 год обучения

1. Вводное занятие (1 ч.)

Теория: правила игры в хоккей с шайбой, место для занятий, оборудование, инвентарь. Разметка хоккейной площадки, состав команды, снаряжение хоккеиста.

Гигиена и врачебный контроль, предупреждение травм, спортивная и повседневная одежда, обувь, режим дня юного спортсмена, правила поведения на занятиях, техника безопасности на занятиях.

2. Общая физическая подготовка (54 ч.)

Теория: понятие общей физической подготовки. Техника выполнения упражнений, методические указания и рекомендации.

Практика: выполнение упражнений:

- строевые упражнения, бег в медленном темпе 5-10 минут – 14 ч.
- общеразвивающие упражнения с предметами и без них – 10
- упражнения на перекладине/брусках – 10 ч.
- общеразвивающие упражнения в движении на силу, ловкость, выносливость – 20 ч.

3. Специальная физическая подготовка (27 ч.)

Теория: понятие специальной физической подготовки. Техника выполнения упражнений, методические указания и рекомендации.

Практика:

- кросс 2, 3 км – 10 ч.
- силовая тренировка (упражнения с отягощениями) – 17 ч.

4. Тактическая подготовка (18 ч.)

Теория: понятие тактической подготовки. Функции игроков (нападающий, защитник). Целесообразный технический прием шайбой.

Практика: применение целесообразного технического приема с шайбой.

5. Техническая подготовка (36 ч.)

Теория: понятие технической подготовки. Техника выполнения упражнений, методические указания и рекомендации.

Практика: выполнение упражнений:

- передвижение на коньках, посадка хоккеиста, скольжение лицом вперед, повороты не отрываясь ото льда, переступание, торможение плугом – 12 ч.
- владение клюшкой и шайбой, способы держания клюшки, ведение шайбы, передача и остановка на месте и в движении – 12 ч.
- отбор шайбы, подбиванием клюшки, удары клюшкой. Перехват шайбы – 6 ч.
- техника игры вратаря: стойка и перемещение, отбивание шайбы – 6 ч.

6. Спортивные игры (48 ч.)

Теория: разновидности спортивных игр. Объяснение правил спортивных игр. Техника игровых приёмов в различных игровых ситуациях, методические указания и рекомендации.

Практика:

- футбол – 8 ч.

- баскетбол – 8 ч.
- настольный теннис – 8 ч.
- разнообразные вариации игры в хоккей – 5х5, 4х4, 3х3 – 24 ч.

7. Инструкторская и судейская практика (4 ч.)

Теория: терминология и команды для построения, методика проведения строевых упражнений, методика проведения разминки.

Практика: проведение построения, разминки.

8. Соревнования (24 ч.)

Теория: изучение и объяснение правил соревнований. Методические указания и рекомендации.

Практика: участие в соревнованиях разного уровня.

9. Контрольные занятия (4 ч.)

Практика: сдача нормативов по соответствующим возрастным критериям.

Содержание программы 2 год обучения

1. Вводное занятие (1 ч.)

Теория: правила поведения и техника безопасности на занятиях. Гигиена, режим дня, предупреждение травм, оказание первой помощи, самоконтроль. Форма одежды для занятий. Ремонт защитного снаряжения и формы, точка коньков и уход за ними.

2. Общая физическая подготовка (54 ч.)

Теория: техника выполнения упражнений общей физической подготовки, методические указания и рекомендации.

Практика: выполнение упражнений:

- строевые упражнения, бег в среднем темпе 5-10 минут – 14 ч.
- общеразвивающие упражнения с предметами и без них – 10
- упражнения на перекладине/брусках – 10 ч.
- общеразвивающие упражнения в движении на силу, ловкость, выносливость – 20 ч.

3. Специальная физическая подготовка (27 ч.)

Теория: техника выполнения упражнений, методические указания и рекомендации. Скоростно-силовая тренировка.

Практика:

- кросс 2, 3, 5 км – 9 ч.
- силовая тренировка (упражнения с отягощениями) – 9 ч.
- скоростно-силовая тренировка (упражнения, включающие в себя, развитие силы и динамики в комплексе) – 9 ч.

4. Тактическая подготовка (27 ч.)

Теория: понятие защитной зоны, зоны нападения, средней зоны. Противодействие броскам, действия у борта, спаренный отбор, страховка.

Практика: отработка действий:

- в нападении: выход из зоны защиты, прохождение средней зоны. Вход в зону нападения, создание локального численного преимущества – 11 ч.
- в защите: противодействие броскам, действия у борта, спаренный отбор, страховка – 8 ч.
- индивидуальные тактические действия игроков без шайбы: выбор места в атаке, в обороне – 8 ч.

5. Техническая подготовка (36 ч.)

Теория: техника выполнения упражнений, методические указания и рекомендации.

Практика: выполнение упражнений:

- бег на коньках с изменением скорости и направления движения, передним и задним ходом. Повороты и торможения, остановки. Маневрирование – 10 ч.
- ведение шайбы, передача шайбы в движении, остановка шайбы клюшкой, рукой, туловищем – 10 ч.
- броски с удобной и неудобной руки – 8 ч.
- отбор шайбы, силовые единоборства – 8 ч.

6. Спортивные игры (39 ч.)

Теория: разновидности спортивных игр. Объяснение правил спортивных игр. Техника игровых приёмов в различных игровых ситуациях, методические указания и рекомендации.

Практика:

- футбол – 6 ч.
- баскетбол – 6 ч.
- настольный теннис – 5 ч.
- разнообразные вариации игры в хоккей – 5х5, 4х4, 3х3 – 12 ч.
- игра по заданию 5х5 – пятерка «А» только атакует, пятерка «В» только обороняется, и наоборот – 10 ч.

7. Инструкторская и судейская практика (4 ч.)

Теория: терминология и команды для построения, методика проведения строевых упражнений, методика проведения разминки.

Судейство соревнований. Роль судьи.

Практика: проведение построения, разминки.

Участие в судействе соревнований.

8. Соревнования (24 ч.)

Теория: изучение и объяснение правил соревнований. Методические указания и рекомендации.

Практика: участие в соревнованиях разного уровня.

9. Контрольные занятия (4 ч.)

Практика: сдача нормативов по соответствующим возрастным критериям.

Содержание программы 3 год обучения

1. Вводное занятие (1 ч.)

Теория: правила поведения и техника безопасности на занятиях. Гигиена, режим дня, предупреждение травм, оказание первой помощи. Самоконтроль: признаки утомления, переохлаждения, перегрева.

Форма одежды для занятий. Ремонт защитного снаряжения и формы, точка коньков и уход за ними.

Виды соревнований. Система розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная.

2. Общая физическая подготовка (54 ч.)

Теория: техника выполнения упражнений общей физической подготовки, методические указания и рекомендации.

Практика: выполнение упражнений:

- строевые упражнения, бег в среднем темпе 10-15 минут – 14 ч.
- общеразвивающие упражнения с предметами и без них – 10
- упражнения на перекладине/брусках – 10 ч.
- общеразвивающие упражнения в движении на силу, ловкость, выносливость – 20 ч.

3. Специальная физическая подготовка (27 ч.)

Теория: техника выполнения упражнений, методические указания и рекомендации. Понятие стато-динамической нагрузки. Понятие фартлека.

Практика:

- кросс 2, 3, 6 км – 6 ч.
- силовая тренировка (упражнения с отягощениями) – 6 ч.
- скоростно-силовая тренировка (упражнения, включающие в себя, развитие силы и динамики в комплексе) – 7 ч.
- комплексы физических упражнений, включающие стато-динамическую нагрузку – 4 ч.
- фартлек 8 км – 4 ч.

4. Тактическая подготовка (27 ч.)

Теория: вбрасывание. Правила замены игроков. Отбор коллективный и индивидуальный. Техника отбора. Тактики мирового хоккея.

Практика: отработка действий:

- в нападении: индивидуальная, командная, групповая игра, игра в неравных составах. Вбрасывание. Замена игроков – 10 ч.
- в защите: индивидуальный отбор, коллективный отбор, блокирование бросков соперника с помощью клюшки, собственного тела – 10 ч.
- основные тактики мирового хоккея: игра в давление/откат – 7 ч.

5. Техническая подготовка (36 ч.)

Теория: техника передвижения на коньках, техника бросков, передачи. Методические указания и рекомендации.

Практика: выполнение упражнений:

- техника передвижения на коньках, виражи с минимальным радиусом, катание «лодочкой» - 9 ч.
- броски: кистевой бросок, бросок с неудобной руки, бросок сходу – 9 ч.
- передачи: пасы подкидкой, на свободный лед. Скрытые передачи. – 9 ч.
- подправление шайбы, вбрасывание, обманные движения, финты клюшкой и шайбой – 9 ч.

6. Спортивные игры (39 ч.)

Теория: разновидности спортивных игр. Объяснение правил спортивных игр. Техника игровых приёмов в различных игровых ситуациях, методические указания и рекомендации.

Практика:

- футбол – 6 ч.
- баскетбол – 6 ч.
- игра в футбол (баскетбол) по заданию, приближенному к хоккею – 4 ч.
- настольный теннис – 5 ч.
- разнообразные вариации игры в хоккей – 5х5, 4х4, 3х3 – 12 ч.
- игра по заданию 5х5 – пятерка «А» только атакует, пятерка «В» только обороняется, и наоборот – 6 ч.

7. Инструкторская и судейская практика (4 ч.)

Теория: методика проведения строевых упражнений, методика проведения разминки. Судейство соревнований. Международные правила по хоккею с шайбой, принятые ИИХФ (Международная Федерация Хоккея).

Практика: проведение построения, разминки.

Участие в судействе соревнований.

8. Соревнования (24 ч.)

Теория: изучение и объяснение правил соревнований. Виды соревнований. Система розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная. Методические указания и рекомендации.

Практика: участие в соревнованиях разного уровня.

9. Контрольные занятия (4 ч.)

Практика: сдача нормативов по соответствующим возрастным критериям.

Содержание программы 4 год обучения

1. Вводное занятие (1 ч.)

Теория: правила поведения и техника безопасности на занятиях. Гигиена, предупреждение травм, оказание первой помощи. Самоконтроль: признаки утомления, переохлаждения, перегрева.

Виды соревнований. Правила поведения на выездных мероприятиях. Развитие массового юношеского хоккея в России. «Золотая шайба», её история и значение для развития хоккея.

2. Общая физическая подготовка (54 ч.)

Теория: техника выполнения упражнений общей физической подготовки, методические указания и рекомендации.

Практика: выполнение упражнений:

- строевые упражнения, бег в среднем/высоком темпе 10-15 минут – 14 ч.
- упражнения с предметами и без них – 10
- упражнения на перекладине/брусках – 10 ч.
- общеразвивающие упражнения в движении на силу, ловкость, выносливость – 16 ч.
- растяжка после занятий – 4 ч.

3. Специальная физическая подготовка (27 ч.)

Теория: техника выполнения упражнений, методические указания и рекомендации. Понятие взрывной силы..

Практика:

- кросс 3, 5, 6 км – 6 ч.
- силовая тренировка (упражнения с отягощениями) – 6 ч.
- скоростно-силовая тренировка (упражнения, включающие в себя, развитие силы и динамики в комплексе) – 7 ч.
- комплексы физических упражнений, включающие статодинамическую нагрузку – 4 ч.
- комплексы физических упражнений, направленных на развитие взрывной силы и быстроты – 4 ч.

4. Тактическая подготовка (36 ч.)

Теория: техника «выход из под давления», прохождение «средней зоны». Понятие схемы позиционной атаки. Основные схемы позиционной атаки. Основные схемы розыгрыша.

Практика: отработка действий:

- в нападении: привитие игрокам группы атаки оборонительных навыков, «выход из-под давления», прохождение «средней зоны», основные схемы позиционной атаки – 10 ч.
- в защите: индивидуальные тактические действия игроков без шайбы, выбор позиции при обороне собственных ворот/при игре в «средней зоне» – 10 ч.
- основные схемы розыгрыша численного преимущества 5х4, 5х3 – 8 ч.
- основные схемы игры в меньшинстве 4х5, 3х5 – 8 ч.

5. Техническая подготовка (27 ч.)

Теория: техника передвижения на коньках, изменение направления бега, техника приема-передачи, техника бросков, отборов, блокировок. Методические указания и рекомендации.

Практика: выполнение упражнений:

- изменение направления бега с помощью переступания без отрыва коньков ото льда, на одном коньке, прыжком, скрестным шагом, перебежкой (слаломный бег). Бег по виражу вправо, влево, по «восьмерке», по кругу - 7 ч.
- прием-передача шайбы в движении, передача подкидкой, пасы «в разрез», передача с неудобной руки – 6 ч.
- щелчок, кистевой бросок, бросок с неудобной руки – 7 ч.
- отбор шайбы, силовые единоборства, блокировка броска клюшкой и туловищем – 7 ч.

6. Спортивные игры (39 ч.)

Теория: разновидности спортивных игр. Объяснение правил спортивных игр. Техника игровых приёмов в различных игровых ситуациях, методические указания и рекомендации.

Практика:

- футбол – 6 ч.
- баскетбол – 6 ч.
- гандбол – 6 ч.
- игра в футбол (баскетбол, гандбол) по правилам, приближенным к хоккею – 4 ч.
- настольный теннис – 5 ч.
- разнообразные вариации игры в хоккей – 5х5, 4х4, 3х3 – 12 ч.

7. Инструкторская и судейская практика (4 ч.)

Теория: методика проведения строевых упражнений, методика проведения разминки, тренировки. Судейство соревнований. Международные правила по хоккею с шайбой, принятые ИИХФ (Международная Федерация Хоккея). Международные правила по хоккею с шайбой, принятые в Северной Америке.

Практика: проведение построения, разминки, тренировки.

Участие в судействе соревнований.

8. Соревнования (24 ч.)

Теория: изучение и объяснение правил соревнований. Виды соревнований. Система розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная. Методические указания и рекомендации.

Практика: участие в соревнованиях разного уровня.

9. Контрольные занятия (4 ч.)

Практика: сдача нормативов по соответствующим возрастным критериям.

Содержание программы 5 год обучения

1. Вводное занятие (1 ч.)

Теория: правила поведения и техника безопасности на занятиях. Гигиена, предупреждение травм, оказание первой помощи. Самоконтроль: признаки утомления, переохлаждения, перегрева.

Характеристика современного состояния развития хоккея в России и за рубежом.

2. Общая физическая подготовка (54 ч.)

Теория: техника выполнения упражнений общей физической подготовки, методические указания и рекомендации.

Практика: выполнение упражнений:

- строевые упражнения, бег в среднем/высоком темпе 10-15 минут – 14 ч.
- упражнения с предметами и без них – 8
- упражнения на перекладине/брусьях – 12 ч.
- общеразвивающие упражнения в движении на силу, ловкость, выносливость – 16 ч.
- растяжка после занятий – 4 ч.

3. Специальная физическая подготовка (27 ч.)

Теория: техника выполнения упражнений, методические указания и рекомендации. Понятие взрывной силы..

Практика:

- кросс 3, 5, 8 км – 6 ч.
- силовая тренировка (упражнения со штангой/гантелями) – 6 ч.
- скоростно-силовая тренировка (упражнения, включающие в себя, развитие силы и динамики в комплексе) – 7 ч.
- комплексы физических упражнений, включающие стато-динамическую нагрузку – 4 ч.
- комплексы физических упражнений, направленных на развитие взрывной силы и быстроты – 4 ч.

4. Тактическая подготовка (36 ч.)

Теория: групповая тактика, её понятие и содержание. Основы тактических взаимодействий. Групповые взаимодействия, как средство решения общей тактической задачи командной игры. Командные взаимодействия в нападении и защите. Характеристика разновидностей атак и контратак. Тактика игры в большинстве и меньшинстве. Тактика игры вратаря.

Практика: отработка действий:

- групповые тактические взаимодействия – 10 ч.
- сочетание наигранных и разученных комбинаций.– 10 ч.
- командные взаимодействия в нападении и защите. Разновидности атак и контратак. Игры в большинстве и меньшинстве – 8 ч.
- Тактика игры вратаря: выбор места, взаимодействие с партнерами, руководство обороной – 8 ч.

5. Техническая подготовка (27 ч.)

Теория: Техника передвижения на коньках: старты, повороты, прыжки, переходы, кувырки, техника приема-передачи, техника бросков, отборов, блокировок. Методические указания и рекомендации.

Практика: выполнение упражнений:

- старты из различных исходных положений. Повороты прыжками, переступанием при переходе от бега спиной вперёд к бегу лицом вперёд и обратно. Прыжки толчком одной и двумя ногами с приземлением на одну и две ноги. Опускание и падение на одно, два колена; различные кувырки с последующим быстрым вставанием - 9 ч.
- обучение удару-броску с коротким и длинным замахом. Обучение приёму шайбы крюком клюшки с уступающим и без уступающего движения, с подстраховкой коньком. Обучение приёму шайбы рукояткой клюшки, рукой, коньком, туловищем (опустившись на одно, два колена, лёжа) – 6 ч.
- щелчок, кистевой бросок, бросок с неудобной руки, скрытый бросок – 7 ч.
- отбор и выбрасывание шайбы клюшкой. Подбивание клюшки соперника снизу, удар по клюшке сбоку, прижимание клюшки соперника сверху. Выбивание шайбы резким движением клюшки – 5 ч.

6. Спортивные игры (39 ч.)

Теория: разновидности спортивных игр. Объяснение правил спортивных игр. Техника игровых приёмов в различных игровых ситуациях, методические указания и рекомендации.

Практика:

- футбол – 4 ч.
- баскетбол – 4 ч.
- гандбол – 4 ч.
- игра в футбол (баскетбол, гандбол) по правилам, приближенным к хоккею – 4 ч.
- настольный теннис – 4 ч.
- разнообразные вариации игры в хоккей – 5х5, 4х4, 3х3 – 10 ч.
- вариант игры в неравных составах – 5х4, 5х3, 4х3 – 9 ч.

7. Инструкторская и судейская практика (4 ч.)

Теория: методика проведения разминки, тренировки. Судейство соревнований. Международные правила по хоккею с шайбой, принятые ИИХФ (Международная Федерация Хоккея). Международные правила по хоккею с шайбой, принятые в Северной Америке.

Практика: проведение разминки, тренировки. Участие в судействе соревнований.

8. Соревнования (24 ч.)

Теория: изучение и объяснение правил соревнований. Виды соревнований. Система розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная. Методические указания и рекомендации.

Практика: участие в соревнованиях разного уровня.

9. Контрольные занятия (4 ч.)

Практика: сдача нормативов по соответствующим возрастным критериям.

Содержание программы 6 год обучения

1. Вводное занятие (1 ч.)

Теория: правила поведения и техника безопасности на занятиях.

Понятие о травмах. Особенности спортивного травматизма при занятиях хоккеем. Причины травм, их профилактика. Оказание первой помощи при травмах.

Достижения российских хоккеистов на международных соревнованиях. Лучшие российские и зарубежные команды, тренеры, игроки.

2. Общая физическая подготовка (54 ч.)

Теория: техника выполнения упражнений общей физической подготовки, методические указания и рекомендации.

Практика: выполнение упражнений:

- строевые упражнения, бег в среднем/высоком темпе 10-15 минут – 14 ч.
- упражнения с предметами и без них – 8
- упражнения на перекладине/брусках – 12 ч.
- общеразвивающие упражнения в движении на силу, ловкость, выносливость – 16 ч.
- растяжка после занятий – 4 ч.

3. Специальная физическая подготовка (27 ч.)

Теория: техника выполнения упражнений, методические указания и рекомендации. Понятие взрывной силы..

Практика:

- кросс 3, 5, 10 км – 6 ч.
- силовая тренировка (упражнения со штангой/гантелями) – 6 ч.
- скоростно-силовая тренировка (упражнения, включающие в себя, развитие силы и динамики в комплексе) – 7 ч.
- комплексы физических упражнений, включающие статодинамическую нагрузку – 4 ч.
- комплексы физических упражнений, направленных на развитие взрывной силы и быстроты – 4 ч.

4. Тактическая подготовка (45 ч.)

Теория: значение тактических заданий хоккеистам на игру.

Зависимость тактического перестроения игры команды от возможностей противника, индивидуальных особенностей игроков, размеров поля, освещения льда, метеорологических условий. Тактические варианты игры на вбрасывание.

Практика: отработка действий:

- игра по избранному плану – 10 ч.
- перестроения игры команды в зависимости от возможностей противника, индивидуальных особенностей игроков, размеров поля, освещения льда, метеорологических условий – 10 ч.
- варианты игры на вбрасывание – 10 ч.
- сочетание наигранных и разученных комбинаций. – 8 ч.
- игры в большинстве и меньшинстве – 7 ч.

5. Техническая подготовка (27 ч.)

Теория: техника обманных движений, «игра на паузе», «обыгрыш 1x1». Методические указания и рекомендации.

Практика: выполнение упражнений:

- обманные движения туловищем, клюшкой с выпадом влево, вправо, с шагом в сторону, с изменением скорости бега и с подпуском шайбы под клюшку соперника - 9 ч.
- обманные движения с использованием борта, финты на передачу, на бросок, на перемещение – 6 ч.
- своевременное применение «игры на паузе», «обыгрыша 1x1» и иных авантюрных технических приёмов – 6 ч.
- отбор шайбы всеми изученными способами в играх и игровых упражнениях. Дальнейшее совершенствование силовых приёмов, включая силовую борьбу у борта – 6 ч.

6. Спортивные игры (39 ч.)

Теория: разновидности спортивных игр. Объяснение правил спортивных игр. Техника игровых приёмов в различных игровых ситуациях, методические указания и рекомендации.

Практика:

- футбол – 4 ч.
- баскетбол – 4 ч.
- гандбол – 4 ч.
- регби – 4 ч.
- игра в футбол/баскетбол/гандбол по правилам, приближенным к хоккею – 4 ч.
- настольный теннис – 4 ч.
- разнообразные вариации игры в хоккей – 5x5, 4x4, 3x3 – 6 ч.
- вариант игры в неравных составах – 5x4, 5x3, 4x3, 6x4 – 9 ч.

7. Инструкторская и судейская практика (4 ч.)

Теория: методика проведения разминки, тренировки. Судейство соревнований. Международные правила по хоккею с шайбой, принятые ИИХФ (Международная Федерация Хоккея).

Практика: проведение разминки, тренировки. Участие в судействе соревнований.

8. Соревнования (24 ч.)

Теория: изучение и объяснение правил соревнований. Виды соревнований. Система розыгрыша: круговая, с выбыванием, смешанная. Методические указания и рекомендации.

Практика: участие в соревнованиях разного уровня.

9. Контрольные занятия (4 ч.)

Практика: сдача нормативов по соответствующим возрастным критериям.

1.4. Планируемые результаты

К концу 1 года обучения

Личностные	С интересом относится к занятиям. Старается соблюдать игровую дисциплину.
Метапредметные	Стал физически более развитым. Лучше стала координация. Стал более внимательным.
Предметные	Умеет правильно разминаться перед занятиями и выполнять базовые физические упражнения: отжимания, приседания, вис на перекладине, упражнения на пресс. Знает правила поведения на занятиях. Знаком с местом для занятий, оборудованием и инвентарем. Знает правила игры в хоккей и футбол. Имеет первоначальные навыки катания на коньках и владения клюшкой и шайбой.

К концу 2 года обучения

Личностные	Регулярно посещает занятия. Соблюдает трудовую и игровую дисциплину. Учится жить в коллективе, приносить пользу команде.
Метапредметные	Появились быстрота и выносливость. Обладает некоторыми специальными физическими качествами. Достаточно внимателен. Неплохо запоминает информацию.
Предметные	Умеет самостоятельно себя подготовить к различным видам тренировок. Умеет кататься спиной вперёд, отдавать передачу в движении. Выполняет повороты, торможения. Действует по игровому амплуа.

К концу 3 года обучения

Личностные	Становится самостоятельнее. Учится проявлять лидерские качества. С интересом участвует в любой спортивной командной игре.
Метапредметные	Становится сильнее и выносливее. Проявляются некоторые специальные физические качества. Достаточно хорошо запоминает информацию.
Предметные	Владеет любыми видами катания на коньках: на одной ноге, не отрывая ног ото льда, движение переступанием. Владеет различной техникой передач: с удобной и неудобной руки, пасы «подкидкой». Умеет правильно вступать в отбор шайбы. Знает основные тактики мирового хоккея: игра в давление/откат.

К концу 4 года обучения

Личностные	<p>Достаточно дисциплинирован. Регулярно посещает занятия. Обладает хорошей выдержкой, смелостью и самообладанием.</p>
Метапредметные	<p>Достаточно хорошо сформированы общие и специальные физические качества. Умеет пользоваться особенностями своего организма. С легкостью запоминает новый материал.</p>
Предметные	<p>Способен самостоятельно подготовиться к тренировочному занятию и провести восстановительные процедуры после него. Умеет производить бросок щелчком и в одно касание по ходу движения. Умеет блокировать бросок туловищем, вести силовую борьбу. Способен правильно ориентироваться по игровой ситуации, «читает» игру. Умеет действовать при игре в неравных составах.</p>

К концу 5 года обучения

Личностные	<p>Дисциплинирован. Не допускает пропусков занятий. Обладает положительными морально-волевыми качествами такими, как решительность, выдержка, смелость, самообладание. Способен участвовать в соревнованиях различного уровня.</p>
Метапредметные	<p>Достаточно хорошо сформированы общие и специальные физические качества. Способен выдерживать серьезные физические нагрузки. Практически всегда внимателен. С легкостью запоминает новый материал.</p>
Предметные	<p>Умеет выполнять сложные физические упражнения. Способен своевременно выполнить бросок или передачу любого типа. Уверенно владеет пониманием игры в неравных составах. Умеет действовать при коллективном отборе. Умеет действовать по позиции при «выходе из-под давления», при прохождении «Средней зоны» Уверенно владеет техническими навыками игры в хоккей.</p>

К концу 6 года обучения

Личностные	<p>Дисциплинирован. Не допускает пропусков занятий. Обладает положительными морально-волевыми качествами такими, как решительность, выдержка, смелость, самообладание. Способен участвовать в соревнованиях различного уровня.</p>
Метапредметные	<p>Обладает высоким уровнем физической подготовленности. Имеет сильный спортивный организм. Готов к любым видам спортивной тренировки.</p>

Предметные	<p>Применяет обманные маневры с использованием коньков («клюшка-конёк-клюшка»), борта (передачи через борт, освобождение от опеки), финты на передачу, на бросок, на перемещение.</p> <p>Выполняет своевременное применение «игры на паузе», «обыгрыша 1x1» и иных авантюрных технических приёмов.</p> <p>Умеют выполнять избранный план игры, а также выполнять тактические перестроения игры команды в зависимости от: возможностей противника, индивидуальных особенностей игроков, текущего игрового счёта, размеров поля, освещения льда, метеорологических условий.</p> <p>Применяют тактические взаимодействия при игре в неравных составах и при игре на вбрасывании.</p>
------------	---

Раздел № 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

1	Продолжительность освоения программы – 6 лет	1 год обучения	2 год обучения	3 год обучения	4 год обучения	5 год обучения	6 год обучения
2	Начало освоения программы	01.09. 20__г.	01.09. 20__г.	01.09. 20__г.	01.09. 20__г.	01.09. 20__г.	01.09. 20__г.
3	Окончание освоения программы	31.05. 20__г.	31.05. 20__г.	31.05. 20__г.	31.05. 20__г.	31.05. 20__г.	31.05. 20__г.
4	Начало учебного года	01.09. 20__г.	01.09. 20__г.	01.09. 20__г.	01.09. 20__г.	01.09. 20__г.	01.09. 20__г.
5	Окончание учебного года	31.05. 20__г.	31.05. 20__г.	31.05. 20__г.	31.05. 20__г.	31.05. 20__г.	31.05. 20__г.
6	Выходные и праздничные дни	Дополнительные дни отдыха, связанные с государственными праздниками: 04.11, 23.02, 08.03, 01.05, 09.05					
7	Каникулы зимние	01.01.20__ – 08.01.20__г.					
8	Летние каникулы	01.06.20__ – 31.08.20__г.					
9	Продолжительность учебного года (учебные часы)	36 недель 216 часов	36 недель 216 часов	36 недель 216 часов	36 недель 216 часов	36 недель 216 часов	36 недель 216 часов
10	Регламентирование образовательного процесса (режим работы объединения)	3 раза в неделю по 2 занятия Продолжительность занятия – 45 минут	3 раза в неделю по 2 занятия Продолжительность занятия – 45 минут	3 раза в неделю по 2 занятия Продолжительность занятия – 45 минут	3 раза в неделю по 2 занятия Продолжительность занятия – 45 минут	3 раза в неделю по 2 занятия Продолжительность занятия – 45 минут	3 раза в неделю по 2 занятия Продолжительность занятия – 45 минут
11	Текущий контроль	В течение всего периода освоения программы					
12	Промежуточная аттестация	09.12 – 22.12. 20__г.	09.12 – 22.12. 20__г.	09.12 – 22.12. 20__г.	09.12 – 22.12. 20__г.	09.12 – 22.12. 20__г.	09.12 – 22.12. 20__г.
		04.05 – 17.05. 20__г.	04.05 – 17.05. 20__г.	04.05 – 17.05. 20__г.	04.05 – 17.05. 20__г.	04.05 – 17.05. 20__г.	04.05 – 17.05. 20__г.
13	Итоговая аттестация	-	-	-	-	-	04.05 – 17.05. 20__г.

2.2. Календарно-тематическое планирование 1 год обучения

№	Название раздела	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Всего
1	Вводное занятия	1	-	-	-	-	-	-	-	-	1
2	Общая физическая подготовка	6	6	6	6	6	6	6	6	6	54
3	Специальная физическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
4	Тактическая подготовка	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
5	Техническая подготовка	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
6	Спортивные игры	6	6	7	2	5	4	7	6	5	48
7	Инструкторская и судейская практика	-	1	-	1	-	1	-	1	-	4
8	Соревнования	2	2	2	4	4	4	2	2	2	24
9	Контрольные занятия	-	-	-	2	-	-	-	-	2	4
Всего в год и по месяцам:		24	24	24	24	24	24	24	24	24	216

Календарно-тематическое планирование 2 год обучения

№	Название раздела	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Всего
1	Вводное занятия	1	-	-	-	-	-	-	-	-	1
2	Общая физическая подготовка	6	6	6	6	6	6	6	6	6	54
3	Специальная физическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
4	Тактическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
5	Техническая подготовка	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
6	Спортивные игры	4	6	5	2	4	3	6	5	4	39
7	Инструкторская и судейская практика	1	-	1	-	-	1	-	1	-	4
8	Соревнования	2	2	2	4	4	4	2	2	2	24
9	Контрольные занятия	-	-	-	2	-	-	-	-	2	4
Всего в год и по месяцам:		24	24	24	24	24	24	24	24	24	216

Календарно-тематическое планирование 3 год обучения

№	Название раздела	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Всего
1	Вводное занятия	1	-	-	-	-	-	-	-	-	1
2	Общая физическая подготовка	6	6	6	6	6	6	6	6	6	54
3	Специальная физическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
4	Тактическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
5	Техническая подготовка	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
6	Спортивные игры	4	6	5	2	4	3	6	5	4	39
7	Инструкторская и судейская практика	1	-	1	-	-	1	-	1	-	4
8	Соревнования	2	2	2	4	4	4	2	2	2	24
9	Контрольные занятия	-	-	-	2	-	-	-	-	2	4
Всего в год и по месяцам:		24	24	24	24	24	24	24	24	24	216

Календарно-тематическое планирование 4 год обучения

№	Название раздела	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Всего
1	Вводное занятия	1	-	-	-	-	-	-	-	-	1
2	Общая физическая подготовка	6	6	6	6	6	6	6	6	6	54
3	Специальная физическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
4	Тактическая подготовка	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
5	Техническая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
6	Спортивные игры	4	6	5	2	4	3	6	5	4	39
7	Инструкторская и судейская практика	1	-	1	-	-	1	-	1	-	4
8	Соревнования	2	2	2	4	4	4	2	2	2	24
9	Контрольные занятия	-	-	-	2	-	-	-	-	2	4
Всего в год и по месяцам:		24	24	24	24	24	24	24	24	24	216

Календарно-тематическое планирование 5 год обучения

№	Название раздела	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Всего
1	Вводное занятия	1	-	-	-	-	-	-	-	-	1
2	Общая физическая подготовка	6	6	6	6	6	6	6	6	6	54
3	Специальная физическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
4	Тактическая подготовка	4	4	4	4	4	4	4	4	4	36
5	Техническая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
6	Спортивные игры	4	6	5	2	4	3	6	5	4	39
7	Инструкторская и судейская практика	1	-	1	-	-	1	-	1	-	4
8	Соревнования	2	2	2	4	4	4	2	2	2	24
9	Контрольные занятия	-	-	-	2	-	-	-	-	2	4
Всего в год и по месяцам:		24	24	24	24	24	24	24	24	24	216

Календарно-тематическое планирование 6 год обучения

№	Название раздела	Сентябрь	Октябрь	Ноябрь	Декабрь	Январь	Февраль	Март	Апрель	Май	Всего
1	Вводное занятия	1	-	-	-	-	-	-	-	-	1
2	Общая физическая подготовка	6	6	6	6	6	6	6	6	6	54
3	Специальная физическая подготовка	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27
4	Тактическая подготовка	5	5	5	5	5	5	5	5	5	45
5	Техническая подготовка	2	2	2	2	2	2	2	2	2	18
6	Спортивные игры	4	6	5	2	4	3	6	5	4	39
7	Инструкторская и судейская практика	1	-	1	-	-	1	-	1	-	4
8	Соревнования	2	2	2	4	4	4	2	2	2	24
9	Контрольные занятия	-	-	-	2	-	-	-	-	2	4
Всего в год и по месяцам:		24	24	24	24	24	24	24	24	24	216

2.3. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для организации учебно-тренировочного процесса и успешного выполнения программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- хоккейный корт, оснащенный хоккейными воротами;
- раздевалка;
- помещение для спортивных игр;
- спортивный инвентарь (грифы, блины)
- инвентарь для спортивных игр (стол для настольного тенниса, сетка, ракетки и шарики для настольного тенниса, мячи, шайбы);
- макет поля для демонстрации тактических комбинаций;
- майки для проведения учебно-тренировочных игр
- комплекты хоккейной формы (шлемы, щитки, трусы, нагрудники, налокотники)
- комплекты вратарской формы (шлемы, щитки, нагрудники, трусы)
У каждого обучающегося должны быть:
- летняя спортивная форма (шорты, футболка, кеды или бутсы, грунтовки);
- зимняя спортивная форма (штаны, куртка);
- комплект хоккейной формы (шлем, майка, нагрудник, щитки, трусы, ракушка, налокотники, краги, ловушка, блин, гетры, коньки);
- инвентарь для игры в хоккей (клюшка, шайба);
- инвентарь для других спортивных игр (мячи футбольные, мячи баскетбольные, волейбольные, гандбольные).

Информационное обеспечение

Видео материалы с хоккейными матчами и другими спортивными играми.
Спортивная литература.

Кадровое обеспечение

Для реализации программы необходим специалист в области физической культуры и спорта с опытом игры в хоккей.

2.4. Формы аттестации

Аттестация – это оценка уровня и качества освоения обучающимися образовательных программ в конкретной предметной деятельности.

Цель аттестации – выявление исходного, текущего, промежуточного и итогового уровня развития теоретических знаний, практических умений и навыков, их соответствия прогнозируемым результатам дополнительных общеразвивающих программ.

Различают следующие виды контроля:

- Текущий контроль – это оценка качества усвоения учебного материала на каждом занятии.
- Промежуточная аттестация – это оценка качества усвоения обучающимися учебного материала по итогам какого-либо учебного периода.
- Итоговая аттестация – это оценка уровня освоения дополнительной общеобразовательной программы по её завершению.

Контроль физического состояния хоккеистов осуществляется по нормативам по физическому воспитанию в соответствии с возрастом каждого игрока. Контроль освоения технических приемов осуществляется путем сдачи тестов. Тесты позволяют оценить быстроту и точность выполнения того или иного технического приема. Контроль освоения тактических навыков каждого игрока и команды, в целом, проводится во время тренировок в форме двусторонних игр, во время товарищеских матчей и официальных соревнований.

В следующей таблице представлены формы контроля используемые для оценки качества освоения данной образовательной программы.

№	Название раздела, темы	Формы аттестации (контроля)
1	Вводное занятие	Беседа
2	Общая физическая подготовка	Выполнение упражнений, опрос
3	Специальная физическая подготовка	Выполнение упражнений, опрос
4	Тактическая подготовка	Двусторонние игры, беседа
5	Техническая подготовка	Тесты на освоение технических навыков и приёмов
6	Спортивные игры	Двусторонние игры, участие в соревнованиях
7	Инструкторская и судейская практика	Опрос, практика в двусторонних играх
8	Соревнования	Участие в соревнованиях
9	Контрольные занятия	Сдача нормативов по соответствующим возрастным критериям

Два раза в году проводится промежуточная аттестация: по итогам первого полугодия (в декабре) и по окончанию учебного года (в мае), результаты которых заносятся в таблицу (Приложение 2).

Итоговая аттестация проводится по завершению освоения всей программы. Результаты итоговой аттестации также фиксируются в таблице.

2.5. Оценочные материалы

Оценка общей физической подготовленности

Умение самостоятельно провести разминку перед избранным видом тренировки. Отжимания от пола, прыжок с места в длину, подтягивания на перекладине, бег 60 метров/ 300м, наклон из положения стоя, поднимание туловища из положения лежа на спине в течение 60 секунд, челночный бег 4х9 метров.

Оценка специальной физической и технической подготовленности

- Бег 36 м вперёд лицом. Тест призван определить уровень специальных скоростных качеств (стартовой скорости и частоты движений). Упражнение проводится на льду, хоккеист стоит у борта, касаясь его ногой. По звуковому сигналу спортсмен старается как можно быстрее преодолеть расстояние до синей линии. Оценивается время (с).
- Бег 36 м вперёд спиной. Тест для определения координационных способностей, а также для определения техники катания спиной вперёд. Проводится аналогично тесту Челночный бег 6х9 метров. Тест призван определить уровень развития скоростных и скоростно-силовых качеств юного хоккеиста. Проводится на льду хоккейного поля. Спортсмен стартует с синей линии и должен преодолеть шесть 9-метровых отрезков (до красной линии и обратно).
- Слаломный бег с шайбой. Тест призван оценивать уровень владения техникой ведения шайбы и техники катания. Проводится на льду хоккейного поля. Оценивается время (с) и техника выполнения.
- Бег 3 км (тест Купера), бег 400 метров.
- Кросс 10 км (после 14 лет)
- Толкание штанги собственного веса из положения лежа на скамейке (после 15 лет)
- Катание «змейкой» без шайбы/с шайбой
- Катание «змейкой» спиной вперёд без шайбы/с шайбой
- Броски на точность
- Броски на дальность

Оценка технико-тактической подготовки

Для оценки технико-тактической подготовленности хоккеистов учебно-тренировочных групп применяются тесты слаломного передвижения на коньках без шайбы и с шайбой. Точнее и объективней можно оценивать технико-тактическую подготовленность хоккеистов с помощью методики педагогических наблюдений за соревновательной и тренировочной деятельностью.

Двусторонние игры:

Игра в хоккей 5х5,

Игра в хоккей 3х3

Игра в футбол по правилам, приближенным к хоккею

Результат соревнований

Тест на знание истории хоккея

1. Какая страна является родоначальником хоккея с шайбой?
 - Россия
 - Канада (правильный ответ)
 - Финляндия США
2. В каком году разыграли первый кубок Стенли?
 - 1900
 - 1895
 - 1893 (правильный ответ)
 - 1891
3. Соотнесите название лиги с командой, которая в ней играет

NHL	(3)	1. Таппара
КХЛ	(5)	2. Линчёпинг
АНЛ	(4)	3. Сент Луис
СМ Лига	(1)	4. Милуоки Эдмиралс
SHL	(2)	5. Слован
4. Отметьте по возрастанию игроков, которые играли давно, недавно и сейчас.
 - Валерий Харламов (2)
 - Сергей Мозякин(5)
 - Уейн Грецки (3)
 - Петет Форсберг (4)
 - Горди Хоу (1)
5. Первый российский вратарь, получивший приз «Везина трофи»
 - Илья Брызгалов
 - Евгений Набоков
 - Владислав Третьяк
 - Сергей Бобровский (правильный ответ)
 - Николай Хабибулин
6. Кто выиграл первый чемпионат мира?
 - Чехословакия
 - США
 - СССР
 - Канада (правильный ответ)
7. Какой формы была первая хоккейная шайба?
 - Круглая
 - Овальная
 - Треугольная
 - Квадратная (правильный ответ)
 - Прямоугольная
8. Самый титулованный клуб в новейшей истории России
 - Динамо (Москва)
 - Ак Барс (Казань)
 - Metallurg (Магнитогорск) (правильный ответ)
 - Локомотив (Ярославль)

Тест «КХЛ»

1. Как расшифровать аббревиатуру КХЛ?
 - Кондитерская хоккейная лига
 - Канадская хоккейная лига
 - Континентальная хоккейная лига (правильный ответ)
 - Криминальная хоккейная лига
2. В каком году была основана КХЛ
 - 2005
 - 2008 (правильный ответ)
 - 2011
 - 2014
3. Какого дивизиона не существует в КХЛ
 - Дивизион Боброва
 - Дивизион Тарасова
 - Дивизион Харламова
 - Дивизион Фетисова (правильный ответ)
4. Как называется награда, присуждаемая победителю Плей-Офф?
 - Кубок Гагарина (правильный ответ)
 - Кубок Стэнли
 - Кубок Жукова
 - Кубок Кутузова
5. Действующим обладателем кубка Гагарина (сезон 2014/15) является...
 - Ак Барс
 - СКА (правильный ответ)
 - Динамо Москва
 - Салават Юлаев
6. Какой хоккейный клуб был распущен в связи с объединением с московским «Динамо»?
 - Донбас (Донецк)
 - ХК МВД (Балашиха) (правильный ответ)
 - Химик (Воскресенск)
 - Динамо (Рига)

2.6. Методические материалы

1. Методы обучения: наглядный, игровой, рассказ, беседа, показ упражнения, практическая работа.

2. Методы воспитания: убеждение, поощрение, стимулирование, мотивация, игровая дисциплина.

3. Формы организации учебного занятия: беседа, мастер-класс, открытое занятие, праздник, практическое занятие, досуговые мероприятия, участие в товарищеских матчах и соревнованиях.

4. Педагогические технологии: индивидуализация обучения, групповое обучение, коллективное взаимообучение, игровая деятельность, коммуникативная технология обучения, здоровьесберегающая технология.

5. Алгоритм учебного занятия

1. Построение, расчёт, объявление темы занятия – 5 минут

2. Разминка:

 пробежка – 5-10 минут

 разогрев мышц – 10 минут;

 разминка в движении – 5-10 минут.

3. Основная часть:

 изучение новых упражнений или повторение пройденных – 20-30 минут;

 игровая программа – 20-30 минут.

4. Заминка, растяжка – 10 минут.

5. Подведение итогов, информация о следующем занятии – 5 минут.

6. Дидактические материалы

- Методика обучения основным элементам хоккея;

- Видеоматериалы хоккейных моментов и игр;

- Сборники упражнений;

- Методические материалы по истории хоккея и его развития за рубежом, в России и регионе.

**2.7. Список литературы
для педагогов**

Список литературы	Местонахождение
-------------------	-----------------

	литературы
1. Блинков, С.Н. Общая физическая подготовка: методические указания / С.Н. Блинков, В.А. Мезенцева, О.А. Ишкина. — Самара: СамГАУ, 2019. — 39 с. — Текст: электронный	Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/123595
2. Ветков, Н.Е. Спортивные и подвижные игры: учебно-методическое пособие / Н.Е. Ветков. — Орел: МАБИВ, 2016. — 129 с. — Текст: электронный	Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/97713
3. Воробьев, В. Ф. Физиолого-гигиенические основы физического воспитания детей: учебное пособие / В. Ф. Воробьев. — 2-е изд. — Москва: ФЛИНТА, 2012. — 162 с. — Текст: электронный	Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/12968
4. Ковыршина, Е.Ю. Разновидности спортивных игр: учебное пособие / Е.Ю. Ковыршина, Ю.Н. Эртман, В.Ф. Кириченко. — Омск: СибГУФК, 2017. — 108 с. — Текст: электронный	Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/107598
5. Королев, Ю.В. Учимся играть в хоккей. Ступень А. Практическое руководство для тренеров: учебно-методическое пособие / под редакцией Ю.В. Королева; перевод с английского Л.А. Зараховича. — Москва: Спорт-Человек, 2012. — 96 с.— Текст: электронный	Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/97591
6. Королев, Ю.В. Учимся играть в хоккей. Ступень В. Практическое руководство для тренеров: учебно-методическое пособие / под редакцией Ю.В. Королева; перевод с английского Л.А. Зараховича. — Москва: Спорт-Человек, 2012. — 80 с.— Текст: электронный	Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/97592
7. Королев, Ю.В. Учимся играть в	Лань: электронно-

<p>хоккей. Ступень С. Практическое руководство для тренеров: учебно-методическое пособие / под редакцией Ю.В. Королева; перевод с английского Л.А. Зараховича. — Москва: Спорт-Человек, 2012. — 84 с. — Текст: электронный</p>	<p>библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/97593</p>
<p>8. Кузьменко, Г.А. Интеграция двигательной и познавательной деятельности обучающихся в системе физического воспитания. Рабочая программа дисциплины (модуля): учебное пособие / Г.А. Кузьменко. — Москва: МПГУ, 2017. — 48 с. — Текст: электронный</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/106114</p>
<p>9. Кукушкин, В.В. Большой хоккей. Начало. 1972: альбом / В.В. Кукушкин. — 2-е изд. — Москва: Спорт-Человек, 2017. — 112 с. — Текст: электронный</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/104015</p>
<p>10. Майер, Р. Силовые тренировки в футболе / Р. Майер. — Москва: Спорт, 2016. — 128 с. — Текст: электронный</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/89991</p>
<p>11. Мангушева, Н.А. Гигиена физического воспитания и спорта: учебно-методическое пособие / Н.А. Мангушева. — Ульяновск: УлГПУ им. И.Н. Ульянова, 2017. — 46 с. — Текст: электронный</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/129667</p>
<p>12. Мишенькина, В.Ф. Волейбол. Баскетбол. Гандбол. Организация и проведение соревнований по спортивным играм: учебное пособие / В.Ф. Мишенькина, Ю.Н. Эртман, Е.Ю. Ковыршина. — Омск: СибГУФК, 2014. — 136 с. — Текст: электронный</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/107586</p>
<p>13. Попов, А. Л. Психология: учебное пособие / А. Л. Попов. — 3-е изд., стер. — Москва: ФЛИНТА, 2019. — 288 с. — Текст: электронный</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/115884</p>

<p>14. Серова, Л.К. Психология отбора в спортивных играх / Л.К. Серова. — Москва: Спорт-Человек, 2019. — 240 с. — Текст: электронный</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/109856</p>
<p>15. Чеботарев, В.В. Футбол: история, правила, техника и тактика игры в футбол: учебно-методическое пособие / составители В.В. Чеботарев, А.В. Чеботарев. — Липецк: Липецкий ГПУ, 2017. — 119 с. — Текст: электронный</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — UR: https://e.lanbook.com/book/112017</p>
<p>16. Якунин, Ю.И. Подвижные игры на занятиях легкой атлетикой, баскетболом, волейболом, общефизической подготовкой: учебно-методическое пособие / составители Ю. И. Якунин, С. Н. Якунина. — пос. Караваево: КГСХА, 2017. — 38 с. — Текст: электронный</p>	<p>Лань: электронно-библиотечная система. — URL: https://e.lanbook.com/book/133630</p>

Список литературы для обучающихся

1. Блинков, С.Н. Общая физическая подготовка: методические указания / С.Н. Блинков, В.А. Мезенцева, О.А. Ишкина. — Самара: СамГАУ, 2019. — 39 с.
2. Горский, Л. Игра хоккейного вратаря / Л. Горский; перевод со словацкого. — М.: Физкультура и спорт, 2014. — 41с.
3. Майоров, Б. А. Хоккей для юношей / Б.А. Майонров. — М.: Физкультура и спорт, 2012. — 68 с.
4. Мангушева, Н.А. Гигиена физического воспитания и спорта: учебно-методическое пособие / Н.А. Мангушева. — Ульяновск: УлГПУ им. И.Н. Ульянова, 2017. — 46 с.
5. Спасский, О. Д. Хоккей / О.Д. Спасский. — М.: Физкультура и спорт, 2011. — 34с.
6. Старшинов, В. И. Хоккейная школа: Семь бесед о началах хоккейного мастерства / В.И. Тарасов. — М.: Физкультура и спорт, 2014. — 73 с.
7. Тарасов, А. В. Детям о хоккее / А.В. Тарасов. — М.: Физкультура и спорт, 2012. — 57 с.
8. Халл, Б. Моя игра в хоккей / Б. Халл; перевод с английского — М.: Физкультура и спорт, 2012. -45с.
9. Чеботарев, В.В. Футбол: история, правила, техника и тактика игры в футбол: учебно-методическое пособие / составители В.В. Чеботарев, А.В. Чеботарев. — Липецк: Липецкий ГПУ, 2017. — 119 с.

**Нормативно-правовые основы разработки
дополнительных общеобразовательных программ**

1. Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№273-ФЗ от 29.12.2012)
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций ДО детей»
4. Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 04 сентября 2014г. №1726-р)
5. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ)
6. Письмо Минобрнауки РФ от 14.12.2015г. №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»)

**Мониторинг результативности освоения
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы
«Хоккей»**

№	Ф.И. обучающегося	Наименование раздела, темы					Средний балл
		Бег, 60 м	Прыжок в длину, см	Наклон	Подтягива ния	Отжиман ия	
Итого:							
Высокий уровень							
Средний уровень							
Низкий уровень							

**Критерии оценки результативности освоения
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы
«Хоккей»**

Наименование раздела, темы	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Бег на 60 метров, сек.	10-12 лет: 9,5 сек. 13-15 лет: 8,2 сек. 16-18 лет: 8 сек.	10-12 лет: 9,6-10,9 сек. 13-15 лет: 8,3-9,6 сек. 16-18 лет: 8,1-8,7 сек.	10-12 лет: 11 сек. и выше 13-15 лет: 9,7 сек. и выше 16-18 лет: 8,8 сек. и выше
Прыжок в длину с места, см	10-12 лет: 180 см 13-15 лет: 215 см 16-18 лет: 230 см	10-12 лет: 150-179 см 13-15 лет: 170-214 см 16-18 лет: 195-229 см	10-12 лет: 149 см и менее 13-15 лет: 169 см и менее 16-18 лет: 194 см и менее
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи – см)	10-12 лет: +9 см 13-15 лет: +11 см 16-18 лет: +13 см	10-12 лет: +3- +8 см 13-15 лет: +4- +10 см 16-18 лет: +6- +12 см	10-12 лет: +2 см и менее 13-15 лет: +3 см и менее 16-18 лет: +5 см и менее
Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)	10-12 лет: 7 раз 13-15 лет: 12 раз 16-18 лет: 14 раз	10-12 лет: 3-6 раз 13-15 лет: 6-11 раз 16-18 лет: 9-13 раз	10-12 лет: 2 раза и менее 13-15 лет: 6 раз и менее 16-18 лет: 8 раз и менее
Отжимания (кол-во раз)	10-12 лет: 28 раз 13-15 лет: 36 раз 16-18 лет: 42 раза	10-12 лет: 13-27 раз 13-15 лет: 20-35 раз 16-18 лет: 27-41 раз	10-12 лет: 12 раз и менее 13-15 лет: 19 раз и менее 16-18 лет: 26 раз и менее

Мониторинг результативности участия в соревнованиях

№	Ф.И. обучающегося	Название соревнований			Название соревнований			Название соревнований		
		Институциональный уровень	Районный уровень	Городской уровень	Институциональный уровень	Районный уровень	Городской уровень	Институциональный уровень	Районный уровень	Городской уровень
1										
2										
3										
4										
5										
	Итого:									