

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы»
Балтасинского муниципального района

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от « 4 » сентября 2023 г.



Директор МБУ ДО «ЦВР»

Д.Д.Нуриев

Приказ № 61 от 4 сентября 2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ХОККЕЙ С ШАЙБОЙ»**

Направленность: физкультурно-спортивная

Возраст учащихся: 8-17 лет

Срок реализации: 3 года (по 144 часа)

Автор – составитель:
Газимов Инсаф Рашитович
педагог дополнительного образования

2023 год

Информационная карта образовательной программы

1.	Образовательная организация	МБУ ДО «ЦВР» Балтасинского района
2.	Полное название программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа спортивной направленности «Хоккей с шайбой»
3.	Направленность программы	Физкультурно-спортивная
4.	Сведения о разработчиках: Ф.И.О, должность	Газимов Инсаф Рашидович, педагог дополнительного образования
5.	Сведения о программе:	
5.1	Срок реализации	3 года
5.2	Возраст обучающихся	8-17 лет
5.3	Характеристика программы: - тип программы - вид программы - принцип проектирования программы - форма организации содержания и учебного процесса	экспериментальная дополнительная общеобразовательная программа общеразвивающая разно уровневая (модульная) групповая
5.4	Цель программы	ознакомление школьников, интересующихся спортом, с основными понятиями хоккея; теоретическое и практическое освоение начальных навыков.
	Образовательные модули (в соответствии с уровнями сложности содержания и материала программы)	Стартовый уровень Базовый уровень Продвинутый уровень
6.	Формы и методы образовательной деятельности	Учебное занятие. Инд. и коллективная деятельность. Участие в соревнованиях различного уровня.
7.	Формы мониторинга результативности	Зачет обучающихся по следующим предметным областям: - общая и специальная физическая подготовка; - технико-тактическая подготовка; - подвижные игры и другие виды спорта.
8.	Результативность реализации программы	1. положительная динамика уровня подготовленности в технике и тактике в соответствии с индивидуальными особенностями; 2. динамика прироста индивидуальных показателей

		<p>развития физических качеств воспитанников, укрепление здоровья;</p> <p>3. освоение обучающимися системы знаний в области физической культуры и спорта, физиологии, биомеханики, гигиены;</p> <p>4. устойчивость интереса, мотивации к занятиям хоккеем и к здоровому образу жизни;</p> <p>5. сформированность нравственных, морально-волевых качеств личности, убеждений, взглядов, идеалов.</p>
9.	Дата утверждения и последней корректировки программы	
10.	Рецензенты	

Оглавление

№	Наименование	Стр.
1.	Информационная карта образовательной программы	2
2.	Пояснительная записка	5
3.	Матрица дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	8
4.	Учебно-тематический план первого года обучения	11
5.	Содержание программы 1 года обучения	12
6.	Учебно-тематический план второго года обучения	13
7.	Содержание программы 2 года обучения	14
8.	Учебно-тематический план третьего года обучения	15
9.	Содержание программы 3 года обучения	16
10.	Планируемые результаты освоения программы	18
11.	Методическое обеспечение программы	18
12.	Организационно-педагогические условия, способствующие реализации программы	18
13.	Формы аттестации/ контроля и оценочные материалы	18
14.	Список литературы	19
15.	Инструкция по технике безопасности	20
16.	Календарно-тематический план(1 год обучения)	21
17.	Календарно-тематический план(2 год обучения)	25
18.	Календарно-тематический план(3 год обучения)	30
19.	Оценочный материал	36

Пояснительная записка

Программа разработана на основе:

1. Федеральный закон об образовании в Российской Федерации от 29.12.2012 №273-ФЗ (с изменениями и дополнениями), (ред.29.12.2022) «Об образовании в Российской Федерации» -статья 2 пункты 9, 10, 14; статья 10, пункт 7; статья 12 пункты 1, 2, 4, статья 23 пункты 3, 4; статья 28 пункт 2; статья 48 пункт 1; статья 75 пункты 1-5, статья 76;
2. План мероприятий на 2022-2024 годы (I этап) по реализации Концепции развития дополнительного образования детей (утверждён Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года N 678-р);
3. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утверждён Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»);
4. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства РФ от 31 марта 2022 г. №678-р;
6. Федеральный проект «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование», утвержденного Протоколом заседания президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам от 3.09.2018 №10;
7. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
8. Федеральный закон от 13 июля 2020 г. №189-ФЗ «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере» (с изменениями и дополнениями, вступившими в силу с 28.12.2022 г.);
9. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
10. Конвенция ООН о правах ребенка (Принята [резолюцией 44/25](#) Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года);

11. СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №28;
12. «Об утверждении Общих требований к определению нормативных затрат на оказание государственных (муниципальных) услуг в сфере образования, науки и молодёжной политики, применяемых при расчёте объёма субсидии на финансовое обеспечение выполнения государственного (муниципального) задания на оказание государственных (муниципальных) услуг (выполнения работ) государственным (муниципальным) учреждением» (утверждены 26.03.2021 № 209);

13. Методические рекомендации по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных программ в новой редакции. / Сост. А.М.Зиновьев, Ю.Ю.Владимирова, Э.Г.Демина - Казань: РЦВР, 2023.- с.89.

14. Устав МБУДО «ЦВР».

15. Приказ Минспорта России от 03.08.2022 года №634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;

16. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 5 августа 2020 года № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

17. Положение о Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБУДО «ЦВР».

Дополнительная общеобразовательная программа «Хоккей с шайбой» предназначена для работы со всеми детьми, желающими овладеть основами хоккея. Основными задачами в работе является ориентация на максимальную самореализацию личности, личностное и профессиональное самоопределение, социализацию и адаптацию детей в обществе. Таким образом, целью программы на всех этапах ее реализации является создание поля самоактуализации для детей в спортивном виде деятельности, формирование потребности ребёнка в приобретении специальных знаний и навыков, подготовить детей к осознанному выбору профессии и жизненного пути.

Направленность программы физкультурно-спортивная, основным средством реализации целей и задач программы является учебно-тренировочные занятия, теоретические занятия.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Не секрет, что физическая подготовленность школьников с каждым годом снижается, падает интерес к традиционным игровым видам спорта. Слабая физическая подготовка не позволяет в полной мере проходить задачи подросткового этапа развития, полноценно встраиваться в коллектив, адаптироваться к социуму. Кроме того, недостаточный уровень физической подготовки не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед педагогом дополнительного образования, является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в секции по хоккею для повышения уровня физической подготовленности. В процессе тренировочных занятиях у ребенка формируется определенный уровень рефлексии и конформизма. Все это способствует дисциплине, без которой педагогический процесс не представляется возможным.

Новизна программы Программа помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям ребёнка, создать условия для максимального раскрытия творческого потенциала, создания комфортных условий для развития и формирования талантливого ребёнка.

В основу программы положены нормативные требования по физической и спортивно-технической подготовке, научные и методические разработки по хоккею с шайбой отечественных и зарубежных тренеров и специалистов, применяемые в последние годы для подготовки высококвалифицированных спортсменов.

Цель программы

- создание условий для гармоничного развития личности, способной к самостоятельной, творческой деятельности, овладения способами оздоровления и укрепления организма обучающихся посредством занятий хоккеем.
- воспитание черт спортивного характера.

Задачи программы

Образовательные:

- формирование технико-тактического мастерства;
- содействие физическому развитию, разносторонней физической подготовленности и укреплению здоровья обучающихся;
- овладение основами техники выполнения физических упражнений;
- приобретение разносторонней физической подготовленности на основе занятий различными видами спорта;
- способствовать расширению кругозора;

Развивающие:

- создание условий для развития интеллекта, внимания, мышления, выносливости, силы, гибкости, быстроты реакции;
- развитие активности и самостоятельности детей;
- развитие выносливости, внимания, воображения;
- развитие скоростных и скоростно-силовых способностей.

Воспитательные:

- адаптация ребенка в современном обществе;
- воспитание волевых, смелых, дисциплинированных, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности детей и подростков;
- воспитание трудолюбия, упорства в достижении желаемых результатов;
- организация деятельности через создание ситуации успеха.

Возраст детей.

Программа рассчитана на обучающихся от 8 до 17 лет. Для групп численностью от 10 до 15 человек.

Формы и методы образовательной программы:

Формы: учебная, практическое занятие, проводятся в форме беседы, тренировка спортсменов, участия в соревнованиях.

Методы: словесные, практические, наглядные, контроль и самоконтроль, стимулирование и мотивации, наблюдение.

Формы мониторинга результативности:

Тестирование, практическая работа, соревнование.

Результативность реализации программы:

По окончании обучения, программа усвоена: Высокая сохранность контингента
Активное участие в соревнованиях, разного уровня. Наличие призеров и победителей.

Матрица дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Уровни	Критерии	Формы и методы диагностики	Методы и педагогические технологии	Результаты	Методическая копилка дифференцированных заданий
Стартовый	Предметные: усвоение правил техники безопасности; обучение основным техникам и овладение различными видами технического творчества; умению применять полученные знания; умение работать опорными схемами, правила работы инструментами, изучение терминологии.	Наблюдение, опрос, практическая работа, анализ практических работ, организация самостоятельного выбора, индивидуальная беседа	Наглядно-практический, словесный, уровневая дифференциация.	Предметные: знание правил техники безопасности; владение полученными знаниями в соревнованиях. Умение свободно работать с опорными схемами. Знание назначения инструментов, навыки работы с инвентарем. Знание терминологии.	Дифференцированные задания: одно и то же задание может быть выполнено в нескольких уровнях: репродуктивном (с подсказкой), репродуктивном (самостоятельно) и творческом. Свободный выбор каждого ребенка из предложенного.
	Метапредметные: умение оценивать правильность, самостоятельно контролировать выполнение последовательности; организованность; общительность; самостоятельность.	Тестирование, наблюдение, собеседование, анкетирование, педагогический анализ	Технология оценивания, проблемно-диалогическая технология	Метапредметные: формирование самостоятельного успешного усвоения учащимися новых знаний, познавательных, коммуникативных действий.	
	Личностные: формирование нравственных качеств личности; развитие навыков сотрудничества; формирование устойчивого, познавательного интереса.			Личностные: знание основных моральных норм, способность к оценке своих поступков и действий других учащихся с точки зрения соблюдения, нарушения моральных норм поведения.	
Базовый	Предметные: применение полученных знаний; умение самостоятельно подбирать, комбинировать, анализировать; осмысленность и	Целенаправленное наблюдение, опрос, практическая работа, анализ практических работ,	Наглядно-практический, словесный, уровневая дифференциация	Предметные: знание различных технико-тактических действий и умение их применять комбинировать. Владение специальной	Творческое задание: образовательный маршрут мини-проект (одно занятие), краткосрочный 4-6 занятий,

	правильность использования специальной терминологии	организация самостоятельного выбора, индивидуальная беседа		терминологией.	среднесрочный 20-30 часов. Индивидуальный проект; групповое образовательное путешествия, проект. Материальный продукт - (картина, комп. презентация, иллюстрированный альбом)
	Метапредметные: способность самостоятельно организовывать процесс работы и учебы, взаимодействовать с товарищами, эффективно распределять и использовать время; организованность; общительность; самостоятельность; инициативность	Тестирование, наблюдение, собеседование, анкетирование, педагогический анализ	Технология оценивания, проблемно-диалогический, технологический	Метапредметные: умение распределять работу в команде, умение выслушать друг друга, организация и планирование работы, навыки соблюдения в процессе деятельности правил безопасности	
	Личностные: сформированность внутренней позиции обучающегося; принятие и освоение новой социальной роли; система ценностных отношений обучающихся к себе, другим участникам образовательного процесса, самому образовательному процессу и его результатам.			Личностные: развитие доверия и способности к пониманию и сопереживанию чувствам других людей	
Промежуточный	Предметные: применение полученных знаний из разных областей на соревнованиях; креативность в выполнении практических заданий; осмысленность и правильность использования специальной терминологии.	Целенаправленное наблюдение, опрос, практическая работа, анализ практических работ, организация самостоятельного выбора, индивидуальная беседа	Наглядно-практический, словесный, уровневая дифференциация	Предметные: углубленные знания по выбранным направлениям, практические умения и навыки, предусмотренные программой по основным разделам тематического плана программы; творческие навыки; владение специальной терминологией	Реализация проекта: краткосрочный (4-6 занятий); среднесрочный (20-30 часов); долгосрочный (в течение года). Индивидуальный проект - образовательный маршрут.
	Метапредметные: развитие умения			Метапредметные: согласованность	

	<p>самостоятельно конструировать свои знания и ориентироваться информационном пространстве познавательных творческих навыков; организованность; общительность; самостоятельность; инициативность</p> <p>Личностные: развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения; умение видеть свои достоинства и недостатки; уважать себя и других; верить в успех</p>	<p>Логические и проблемные задания, портфолио учащегося; творческие задания; наблюдение, собеседование, анкетирование, педагогический анализ</p>	<p>Технологический; проективный; частично-поисковый; метод генерирования идей (мозговой штурм).</p>	<p>действий, правильность и полнота выступлений</p>	<p>Групповой проект. Материальный продукт (модель, макет, картина, комп. презентация, иллюстрированный альбом); Действенный (экскурсия, мастер-класс, игра, викторина);</p>
--	---	--	---	---	---

Учебный (тематический) план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы первого года обучения

№	Название раздела, темы	Всего	Теория	Практика Раздел (модуль)	Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
1. Теоретические знания (30 ч.)						
1.1	Физическая культура и спорт в России	2	2	-	Беседа, практика	Опрос
1.2	История развития хоккея с шайбой	2	2	-	Беседа, практика	Опрос
1.3	Влияние физических упражнений на организм человека	2	2	-	Беседа, практика	Опрос
1.4	Гигиена спортсмена	2	2	-	Беседа, практика	Опрос
1.5	Техническая подготовка	22	22	-	Беседа, практика	Практич. работа
2. Практические занятия (114 ч.)						
2.1	Техническая подготовка	22	-	22	Беседа, практика	Практич. работа
2.2	Тактическая подготовка	46	-	46	Беседа, практика	Практич. работа
2.3	Правила игры	2	2	-	Беседа, практика	Практич. работа
2.4	Общая физическая подготовка	22	-	22	Беседа, практика	Практич. работа
2.5	Специальная физическая подготовка	14	-	14	Беседа, практика	Практич. работа
2.6	Контрольные испытания	4	-	4	Беседа, практика	Зачет
2.7	Контрольные игры	2	1	1	Беседа, практика	Практич. работа
2.8	Соревнования. Участие в соревнованиях различного уровня.	2	1	1	Беседа, практика	Практич. работа
Итого часов 144						

Содержание программы первого года обучения

1. Физическая культура и спорт в России. (2 ч.)

Развитие физической культуры и спорта в России. Выдающиеся достижения российских спортсменов.

2. История развития хоккея с шайбой. (4 ч.)

Характеристика хоккея как средства физического воспитания молодежи. История возникновения хоккея с шайбой.

3. Техническая подготовка. (52 ч.)

Обучение технике - важнейшая задача учебно-тренировочной работы (при помощи подготовительных и подводящих упражнений). Технические приемы подразделяют на следующие группы:

- техника владения коньками,
- техника владения клюшкой.

Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

4. Общая физическая подготовка. (30 ч.)

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки.

Спортивные игры: баскетбол, футбол, гандбол.

Подвижные игры и эстафеты.

5. Специальная физическая подготовка. (22 ч.)

- катание на коньках свободным стилем, слалом,
- различные виды челночного бега,
- игры и эстафеты с препятствиями.

6. Контрольные испытания. (8 ч.)

- Контрольные испытания по общей физической подготовке

- Контрольные испытания по технической подготовке

7. Соревнования. Участие в соревнованиях различного уровня. (12 ч.)

Ожидаемые результаты к концу первого года обучения

1. Овладение технике катания лицом вперед и спиной вперед;

2. Научиться технике владению клюшкой;

3. Овладение теоретическими и практическими основами игры в хоккей;

4. Участие в спартакиаде школы, формирование сборной команды школы для участия в районных соревнованиях;

5. Содействие гражданскому, физическому и духовному развитию учащихся.

Учебный (тематический) план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы второго года обучения

№	Название раздела, темы	Всего	Теория	Практика Раздел (модуль)	Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
1. Теоретические знания (30 ч.)						
1.1	Физическая культура и спорт в России	2	2	-	Беседа, практика	Опрос
1.2	История развития хоккея с шайбой	2	2	-	Беседа, практика	Опрос
1.3	Влияние физических упражнений на организм человека	2	2	-	Беседа, практика	Опрос
1.4	Гигиена спортсмена	2	2	-	Беседа, практика	Опрос
1.5	Техническая подготовка	22	22	-	Беседа, практика	Практич. работа
2. Практические занятия (114 ч.)						
2.1	Техническая подготовка	22	-	22	Беседа, практика	Практич. работа
2.2	Тактическая подготовка	46	-	46	Беседа, практика	Практич. работа
2.3	Правила игры	2	2	-	Беседа, практика	Практич. работа
2.4	Общая физическая подготовка	22	-	22	Беседа, практика	Практич. работа
2.5	Специальная физическая подготовка	14	-	14	Беседа, практика	Практич. работа
2.6	Контрольные испытания	4	-	4	Беседа, практика	Зачет
2.7	Контрольные игры	2	1	1	Беседа, практика	Практич. работа
2.8	Соревнования. Участие в соревнованиях различного уровня.	2	1	1	Беседа, практика	Практич. работа
Итого часов 144						

Содержание программы второго года обучения

1. Развитие хоккея в России и за рубежом.

2. История развития хоккея с шайбой. (2 ч.)

Характеристика хоккея как средства физического воспитания молодежи. История возникновения хоккея с шайбой. Развитие хоккея в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по хоккею в России и в мире.

3. Гигиенические знания и навыки. Закаливание. Режим. Питание спортсмена.

4. Влияние физических упражнений на организм человека. (2 ч.)

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития двигательных качеств и достижение высоких спортивных результатов. Закаливание организма.

5. Техническая подготовка. (44 ч.)

Обучение технике - важнейшая задача учебно-тренировочной работы (при помощи подготовительных и подводящих упражнений). Технические приемы подразделяют на следующие группы:

- техника владения коньками,
- техника владения клюшкой,
- техника комплексных приемов.

6. Тактическая подготовка. (46 ч.)

Тактическая подготовка представляет собой постепенное усложнение условий, в которых приходится действовать занимающимся индивидуально, и во взаимодействии с другими игроками. Формирование тактических умений - это:

- умение принять правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях.

Основные приемы техники игры в хоккей и способы их выполнения:

- подготовительные упражнения, направлены на развитие способности согласовывать движения,
- подводящие упражнения,
- упражнения по технике игры,
- двухсторонняя игра,
- контрольные игры и соревнования.

Тактика нападения и тактика защиты:

- индивидуальные действия.

7. Правила игры . (2 ч.)

Правила игры хоккея с шайбой. Методика судейства. Терминология и судейские жесты.

8. Общая физическая подготовка. (22 ч.)

Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки.

Спортивные игры: баскетбол, футбол, гандбол.

Подвижные игры и эстафеты.

9. Специальная физическая подготовка. (14 ч.)

- броски и ведение утяжеленной шайбы,

- игровые упражнения 3х0, 3х1, 3х2, 3х3 в различных режимах,

развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации: смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера

- игры и эстафеты с препятствиями.

10. Контрольные испытания. (4 ч.)

- Контрольные испытания по общей физической подготовке

- Контрольные испытания по технической подготовке

11. Контрольные игры. (2 ч.) Соревнования между группами.
12. Соревнования. Участие в соревнованиях различного уровня. (2 ч.)

Ожидаемые результаты к концу второго года обучения

1. Развитие природных данных обучающихся, для быстрого роста мастерства;
2. Овладение теоретическими и практическими основами игры в хоккей;
3. Знакомство с Отечественной и зарубежной историей хоккей;
4. Участие в районных соревнованиях, занятие призовых мест;
4. Приобретение необходимых волевых, психологических качеств, для стабильности и успешности выступления на ответственных соревнованиях;
5. Решение проблемы занятости в свободное время;
6. Физическое развитие учащихся.

Учебный (тематический) план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы третьего года обучения

№	Название раздела, темы	Всего	Теория	Практика Раздел (модуль)	Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
1. Теоретические знания (30 ч.)						
1.1	Физическая культура и спорт в России	2	2	-	Беседа, практика	Опрос
1.2	История развития хоккея с шайбой	2	2	-	Беседа, практика	Опрос
1.3	Влияние физических упражнений на организм человека	2	2	-	Беседа, практика	Опрос
1.4	Гигиена спортсмена	2	2	-	Беседа, практика	Опрос
1.5	Техническая подготовка	22	22	-	Беседа, практика	Практич. работа
2. Практические занятия (114 ч.)						
2.1	Техническая подготовка	22	-	22	Беседа, практика	Практич. работа
2.2	Тактическая подготовка	46	-	46	Беседа, практика	Практич. работа
2.3	Правила игры	2	2	-	Беседа, практика	Практич. работа
2.4	Общая физическая подготовка	22	-	22	Беседа, практика	Практич. работа
2.5	Специальная физическая подготовка	14	-	14	Беседа, практика	Практич. работа
2.6	Контрольные испытания	4	-	4	Беседа, практика	Зачет

2.7	Контрольные игры и судейская практика	2	1	1	Беседа, практика	Практич. работа
2.8	Соревнования. Участие в соревнованиях различного уровня. Судейство во время игры	2	1	1	Беседа, практика	Практич. работа
Итого часов 144						

Содержание программы третьего года обучения

1. Спорт и хоккей в России и в мире. (2 ч.)

Продолжение изучения новейших достижений спортсменов.

2. История развития хоккея с шайбой. (2 ч.)

Характеристика хоккея как средства физического воспитания молодежи. История возникновения хоккея с шайбой. Развитие хоккея в России и за рубежом. Крупнейшие соревнования по хоккею в России и в мире.

3. Влияние физических упражнений на организм человека. (2 ч.)

Краткие сведения о строении и функциях организма человека. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития двигательных качеств и достижение высоких спортивных результатов. Закаливание организма.

4. Гигиена спортсмена. (2 ч.)

Гигиена одежды и обуви на занятиях. Самоконтроль спортсмена. Причины травм и их предупреждение применительно к занятиям. Оказание первой медицинской помощи (до врача).

5. Техническая подготовка. (44 ч.)

Обучение технике - важнейшая задача учебно-тренировочной работы (при помощи подготовительных и подводящих упражнений). Технические приемы подразделяют на следующие группы:

- техника владения коньками,
- техника владения клюшкой,
- техника комплексных приемов.

6. Тактическая подготовка. (46 ч.)

Тактическая подготовка представляет собой постепенное усложнение условий, в которых приходится действовать занимающимся индивидуально, и во взаимодействии с другими игроками. Формирование тактических умений - это:

- умение принять правильное решение и быстро выполнить его в различных игровых ситуациях,
- умение наблюдать и на основе наблюдений немедленно осуществлять ответные действия,
- умение взаимодействовать с другими игроками для достижения победы над противником.

Основные приемы техники игры в хоккей и способы их выполнения:

- подготовительные упражнения, направлены на развитие способности согласовывать движения,
- подводящие упражнения,
- упражнения по технике игры,
- двухсторонняя игра,
- контрольные игры и соревнования.

Тактика нападения и тактика защиты:

- индивидуальные действия,
- групповые действия,
- командные действия.

7. Правила игры . (2 ч.)

Правила игры хоккея с шайбой. Методика судейства. Терминология и судейские жесты.

8. Общая физическая подготовка. (22 ч.)

Упражнения для развития скорости: гладкий бег, комбинированный бег со сменой скорости и направлений, кроссовый бег, общеразвивающие упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжки в длину с места, прыжки с места и с разбега с доставанием предметов, прыжки через препятствие.

Силовые упражнения: упражнения с отягощением для рук и для ног.

Гимнастические упражнения: упражнения без предметов, упражнения для мышц рук и плечевого пояса, упражнения для мышц ног и таза. Упражнения с предметами: со скакалками и мячами. Упражнения на гимнастических снарядах. Акробатические упражнения: перекаты, кувырки, стойки.

Спортивные игры: баскетбол, футбол, гандбол.

Подвижные игры и эстафеты.

9. Специальная физическая подготовка. (14 ч.)

- броски и ведение утяжеленной шайбы,

- различные виды челночного бега с отягощением на пояссе,

- игровые упражнения 3х0, 3х1, 3х2, 3х3 в различных режимах,

развитие быстроты реакции, наблюдательности, координации: смена игровых действий и перемещений по сигналу тренера

- игры и эстафеты с препятствиями.

10. Контрольные испытания. (4 ч.)

- Контрольные испытания по общей физической подготовке

- Контрольные испытания по технической подготовке

11. Контрольные игры и судейская практика. (2 ч.)

Соревнования между группами. Судейство во время товарищеских игр: ведение протокола, выполнение обязанностей главных и линейных судей.

12. Соревнования. Участие в соревнованиях различного уровня. Судейство во время игры. (2 ч.)

Ожидаемые результаты к концу третьего года обучения

1. Воспитать интерес к занятию спортом.

2. Овладение теоретическими и практическими основами игры в хоккей;

3. Участие в районных соревнованиях;

4. Воспитать учащихся для сборной команды района;

5. Занятие призовых мест на районных соревнованиях;

6. Содействие гражданскому, физическому и духовному развитию учащихся.

Планируемые результаты освоения программы.

Конечный результат

В конце изучения программы занимающиеся получат необходимый минимум знаний для физического самосовершенствования, знания правил игры, навыки судейства. Научатся играть в хоккей. Будут сформированы коммуникативные способности, то есть умение играть в команде.

Организационно – педагогические условия реализации программы:

Оборудование спортивного зала, стадиона, катка - необходимое оборудование для проведения тренировочных работ.

Технические средства обучения: компьютер, проектор.

Формы аттестации: выступление на соревнованиях, торжественных и тематических линейках, участие в школьных мероприятиях, классных часах, участие на конкурсах, выставках.

Методическое обеспечение программы

№	Раздел или тема занятия	Материалы, оборудование	Дидактический информационный, справочный материал, на различных носителях
1	Теория	Кабинет, компьютер, проектор, колонки.	Интернет ресурсы
2	Общая физическая подготовка	Спортзал, мячи, барьеры, фишки, клюшки, гимнастические маты.	Интернет ресурсы
3	Специальная физическая подготовка	Каток, ворота, шайбы, фишки.	Интернет ресурсы

Список литературы

Литература для педагога:

1. https://www.studmed.ru/savin-vp-teoriya-i-metodika-hokkeya_9e0a9207aac.html
2. https://hockey42.ucoz.ru/publ/teorija/khokkej_kontrolnye_normativy_fizicheskaja_podgotovka/7-1-0-58
3. <https://sportsfan.ru/sports-academy/winter-sports/hockey/history-of-hockey.html>
4. <https://bms7.ru/custom/default/books/book1.pdf>
5. <https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-sport/library/2015/02/11/silovaya-podgotovka-shkolnikov-yunoshey-starshego>
6. <https://www.powerskater.ru/teoriya-i-metodika-khokkeya/2020-06-05/kontrol-urovnya-podgotovlennosti-khokkeistov-otcenka-fizicheskog>
7. http://school51-prk.ucoz.ru/pedagogu/razrabortki/metodicheskaja_razrabortka.pdf

Литература для воспитанников

1. Савин В.П. Теория и методика хоккея. – М.: Академия, 2003.

Инструкция по технике безопасности

1. Общие требования

- 1.1. К занятиям хоккеем допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья
- 1.2. Занятия хоккеем на открытых хоккейных кортах отменяются при температуре воздуха ниже -25 градусов без ветра и -20 градусов с ветром.
- 1.3. При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы тренировки и отдыха, правила личной гигиены.
- 1.4. При проведении занятий по хоккею возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
травмы при падении на льду;
травмы при применении силовых приемов;
выполнение упражнений без разминки;
обморожение или переохлаждение;
потертости от коньков.
- 1.5. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации учреждения. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.
- 1.6. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий

- 2.1. Надеть хоккейную форму (шлем, маску, наплечники, налокотники, щитки, раковину, трусы хоккейные, краги, коньки).
- 2.2. Проверить исправность спортивного инвентаря и точку коньков.
- 2.3. Провести разминку.

3. Требования безопасности во время занятий

- 3.1. Запереть все калитки на хоккейной коробке.
- 3.2. Четко выполнять все требования и распоряжения тренера-преподавателя.
- 3.3. Не кататься на тесных или свободных коньках.
- 3.4. При сильном морозе и ветре следить за товарищами и сообщать о первых признаках обморожения.
- 3.5. Выходить на лед и заходить в помещение только с разрешения тренера-преподавателя.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

- 4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.
- 4.2. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом тренеру-преподавателю или администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы на 1-ый год обучения

№п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1-2				Беседа, практика	2	Знакомство с группой. ТБ. Понятие и значение физической культуры.	Спортзал	Опрос
3-4				Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка.	Спортзал	Опрос
5-6				Беседа, практика	2	Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
7-8				Беседа, практика	2	Упражнения для развития силы. Упражнения для развития двигательной реакции.	Спортзал	Практич. работа
9-10				Беседа, практика	2	Упражнения для развития силы. Упражнения для развития двигательной реакции.	Спортзал	Практич. работа
11-12				Беседа, практика	2	Техника владения клюшкой (упражнения с шайбой или с мячом).	Спортзал	Практич. работа
13-14				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча) и броски.	Спортзал	Практич. работа
15-16				Беседа, практика	2	Передача шайбы (мяча). Броски по воротам и мишеням. Броски по воротам после передачи. Броски с различных точек по воротам.	Спортзал	Практич. работа
17-18				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Общая физическая подготовка. Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
19-20				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в атаке. Ведение шайбы (мяча). Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
21-22				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Общая физическая подготовка. Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
23-24				Беседа, практика	2	Броски по воротам. Ведение шайбы (мяча).	Спортзал	Практич. работа
25-26				Беседа, практика	2	Передачи шайбы, броски. Ведение шайбы (мяча).	Спортзал	Практич. работа
27-28				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Передачи. Передача в парах.	Спортзал	Практич. работа

29-30			Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Общая физическая подготовка.	Спортзал	Практич. работа
31-32			Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
33-34			Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры. Передача мяча сверху. Передача мяча снизу.	Спортзал	Практич. работа
35-36			Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
37-38			Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Упражнения для развития двигательных действий.	Спортзал	Практич. работа
39-40			Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
41-42			Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Учебно-тренировочные игры	Спортзал	Практич. работа
43-44			Беседа, практика	2	Броски по воротам и мишеням. Броски по воротам после передачи. Броски с различных точек по воротам.	Спортзал	Практич. работа
45-46			Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Общая физическая подготовка.	Спортзал	Практич. работа
47-48			Беседа, практика	2	Широкое ведение шайбы. Упражнения для развития силы.	Спортзал	Практич. работа
49-50			Беседа, практика	2	Передачи шайбы в парах. Учебно-тренировочные игры. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
51-52			Беседа, практика	2	Броски по воротам после передачи. Учебно-тренировочные игры. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
53-54			Беседа, практика	2	Стойка хоккеиста. Катание на коньках.	Каток	Практич. работа
55-56			Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Катание на коньках свободным стилем.	Каток	Практич. работа
57-58			Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Упражнения для развития ловкости. Упражнения для развития двигательной реакции.	Каток	Практич. работа
59-60			Беседа, практика	2	Торможение плугом и полуплугом.	Каток	Практич. работа
61-62			Беседа, практика	2	Катание лицом вперед. Упражнения для развития двигательных действий.	Каток	Практич. работа
63-64			Беседа,	2	Учебно-тренировочные игры.	Каток	Практич.

			практика		Торможение.		работа
65-66			Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Разгон и торможение.	Каток	Практич. работа
67-68			Беседа, практика	2	Бег широким скользящим шагом. Торможение.	Каток	Практич. работа
69-70			Беседа, практика	2	Катание спиной вперед. Учебно-тренировочные игры.	Каток	Практич. работа
71-72			Беседа, практика	2	Торможение с плугом и полуплугом. Ускорения с торможением. Догонялки.	Каток	Практич. работа
73-74			Беседа, практика	2	Катание на коньках широким скользящим шагом. Катание спиной вперед.	Каток	Практич. работа
75-76			Беседа, практика	2	Развороты вперед и назад. Торможения.	Каток	Практич. работа
77-78			Беседа, практика	2	Упражнения для развития ловкости. Упражнения для развития двигательной реакции. Ведение шайбы.	Каток	Практич. работа
79-80			Беседа, практика	2	Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры.	Каток	Практич. работа
81-82			Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Как основа развития физических качеств, двигательных способностей, функций хоккеиста.	Каток	Практич. работа
83-84			Беседа, практика	2	Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития ловкости.	Каток	Практич. работа
85-86			Беседа, практика	2	Упражнения для развития двигательных действий. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
87-88			Беседа, практика	2	Соревнование. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
89-90			Беседа, практика	2	Ведение шайбы змейкой, ведение шайбы в быстром темпе. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
91-92			Беседа, практика	2	Передача шайбы снизу. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
93-94			Беседа, практика	2	Соревнование. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
95-96			Беседа, практика	2	Передача шайбы сверху. Передача шайбы снизу. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
97-98			Беседа, практика	2	Ведение шайбы змейкой, ведение шайбы в быстром темпе. Передача шайбы сверху. Передача шайбы снизу.	Каток	Практич. работа
99-			Беседа,	2	Учебно-тренировочные игры.	Каток	Практич.

100				практика		ОФП		работа
101-102				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Ведение мяча змейкой, ведение мяча в быстром темпе.	Каток	Практич. работа
103-104				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Ведение шайбы (мяча) змейкой, ведение шайбы (мяча) в быстром темпе..	Спортзал	Практич. работа
105-106				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Тестирование по технической и общей физической подготовленности.	Спортзал	Практич. работа
107-108				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
109-110				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в атаке. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
111-112				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча) змейкой, ведение шайбы (мяча) в быстром темпе. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
113-114				Беседа, практика	2	Передача шайбы (мяча). Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
115-116				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
117-118				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча) змейкой, ведение шайбы (мяча) в быстром темпе. Остановка шайбы (мяча).	Спортзал	Практич. работа
119-120				Беседа, практика	2	Передача мяча. Броски по воротам и мишеням. Броски по воротам после передачи. Броски с различных точек по воротам .	Спортзал	Практич. работа
121-122				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
123-124				Беседа, практика	2	Упражнения для развития двигательной реакции. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
125-126				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Передачи шайбы в парах.	Спортзал	Практич. работа
127-128				Беседа, практика	2	Передачи шайбы удобной и неудобной стороной клюшки.	Спортзал	Практич. работа
129-130				Беседа, практика	2	Передачи шайбы в парах. Передачи снизу.	Спортзал	Практич. работа
131-132				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча); броски по воротам и мишеням. Групповые взаимодействия в обороне.	Спортзал	Практич. работа
133-134				Беседа, практика	2	Передача шайбы (мяча). Спортивные игры.	Спортзал	Практич. работа
135-136				Беседа, практика	2	Техника владения клюшкой.	Спортзал	Практич. работа

137-138				Беседа, практика	2	Тестирование по технической и общей физической подготовленности. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
139-140				Беседа, практика	2	Броски с различных точек. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
141-142				Беседа, практика	2	Упражнения для развития ловкости. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
143-144				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа

Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы на 2-ой год обучения

№п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1-2				Беседа, практика	2	Встреча с группой и новыми учащимися. ТБ. Понятие и значение физической культуры.	Спортзал	Опрос
3-4				Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка.	Спортзал	Опрос
5-6				Беседа, практика	2	Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
7-8				Беседа, практика	2	Упражнения для развития двигательной реакции.	Спортзал	Практич. работа
9-10				Беседа, практика	2	Упражнения для развития силы. Упражнения для развития двигательной реакции.	Спортзал	Практич. работа
11-12				Беседа, практика	2	Техника владения клюшкой (упражнения с шайбой или с мячом).	Спортзал	Практич. работа
13-14				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча) и броски.	Спортзал	Практич. работа
15-16				Беседа, практика	2	Передача шайбы (мяча). Броски по воротам и мишеням. Броски по воротам после передачи. Броски с различных точек по воротам.	Спортзал	Практич. работа
17-18				Беседа,	2	Ведение шайбы (мяча). Общая физическая подготовка.	Спортзал	Практич.

				практика		Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры.		работа
19-20				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в атаке. Ведение шайбы (мяча). Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
21-22				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Общая физическая подготовка. Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
23-24				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в атаке. Ведение шайбы (мяча).	Спортзал	Практич. работа
25-26				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча), броски.	Спортзал	Практич. работа
27-28				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Передачи. Передача в парах.	Спортзал	Практич. работа
29-30				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Групповые взаимодействия в атаке.	Спортзал	Практич. работа
31-32				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
33-34				Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры. Передача мяча сверху. Передача мяча снизу.	Спортзал	Практич. работа
35-36				Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
37-38				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Упражнения для развития двигательных действий.	Спортзал	Практич. работа
39-40				Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
41-42				Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Учебно-тренировочные игры	Спортзал	Практич. работа
43-44				Беседа, практика	2	Броски по воротам и мишеням. Броски по воротам после передачи. Броски с различных точек по воротам.	Спортзал	Практич. работа

45-46				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Общая физическая подготовка.	Спортзал	Практич. работа
47-48				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в обороне. Упражнения для развития силы.	Спортзал	Практич. работа
49-50				Беседа, практика	2	Групповые взаимодействия в атаке. Учебно-тренировочные игры. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
51-52				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
53-54				Беседа, практика	2	Катание на коньках с ускорениями. Ведение шайбы змейкой, ведение шайбы в быстром темпе.	Каток	Практич. работа
55-56				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Катание на коньках длинным скользящим шагом.	Каток	Практич. работа
57-58				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития двигательной реакции.	Каток	Практич. работа
59-60				Беседа, практика	2	Катание спиной вперед. Передача шайбы сверху. Передача шайбы снизу.	Каток	Практич. работа
61-62				Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Упражнения для развития двигательных действий. Индивидуальные действия в обороне.	Каток	Практич. работа
63-64				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Ускорения с различных положений.	Каток	Практич. работа
65-66				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Групповые взаимодействия в атаке.	Каток	Практич. работа
67-68				Беседа, практика	2	Групповые взаимодействия в атаке. Упражнения для развития быстроты рывково – тормозных действий переключений.	Каток	Практич. работа
69-70				Беседа, практика	2	Ведение шайбы правой и левой стороной клюшки, ведение шайбы с изменением направления; Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
71-72				Беседа, практика	2	Передача шайбы сверху. Передача шайбы снизу. Ведение шайбы правой и левой стороной клюшки, ведение шайбы с изменением направления;	Каток	Практич. работа

73-74				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в обороне. Броски по воротам после ведения. Броски по воротам после передачи. Броски шайбы с различных точек в ворота.	Каток	Практич. работа
75-76				Беседа, практика	2	Ведение шайбы змейкой, ведение шайбы в быстром темпе. Упражнения для развития быстроты	Каток	Практич. работа
77-78				Беседа, практика	2	Упражнения для развития двигательной реакции. Передача шайбы сверху. Передача шайбы снизу.	Каток	Практич. работа
79-80				Беседа, практика	2	Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры.	Каток	Практич. работа
81-82				Беседа, практика	2	Отбор шайбы в зоне нападения. Учебно-тренировочные игры.	Каток	Практич. работа
83-84				Беседа, практика	2	Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития силы.	Каток	Практич. работа
85-86				Беседа, практика	2	Упражнения для развития двигательных действий. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
87-88				Беседа, практика	2	Соревнование. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
89-90				Беседа, практика	2	Ведение шайбы змейкой, ведение шайбы в быстром темпе. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
91-92				Беседа, практика	2	Передача шайбы сверху. Передача шайбы снизу. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
93-94				Беседа, практика	2	Соревнование. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
95-96				Беседа, практика	2	Выход из зоны. Передачи шайбы сверху.	Каток	Практич. работа
97-98				Беседа, практика	2	Ведение шайбы змейкой, ведение шайбы в быстром темпе. Передача шайбы сверху. Передача шайбы снизу.	Каток	Практич. работа
99-100				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. ОФП	Каток	Практич. работа

101-102				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Ведение мяча змейкой, ведение мяча в быстром темпе.	Каток	Практич. работа
103-104				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Отбор шайбы зоне защиты.	Спортзал	Практич. работа
105-106				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Тестирование по технической и общей физической подготовленности.	Спортзал	Практич. работа
107-108				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
109-110				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в атаке. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
111-112				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча) змейкой, ведение шайбы (мяча) в быстром темпе. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
113-114				Беседа, практика	2	Передача шайбы (мяча). Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
115-116				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
117-118				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча) змейкой, ведение шайбы (мяча) в быстром темпе. Остановка шайбы (мяча).	Спортзал	Практич. работа
119-120				Беседа, практика	2	Передача мяча. Броски по воротам и мишеням.	Спортзал	Практич. работа
121-122				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
123-124				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в атаке. Групповые взаимодействия в атаке. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
125-126				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Групповые взаимодействия в обороне.	Спортзал	Практич. работа
127-128				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в обороне. Индивидуальные действия в атаке. Ведение шайбы (мяча).	Спортзал	Практич. работа
129-130				Беседа, практика	2	Ведение шайбы, передачи.	Спортзал	Практич. работа
131-132				Беседа,	2	Ведение шайбы (мяча); броски по воротам и мишеням. Групповые	Спортзал	Практич.

				практика		взаимодействия в обороне.		работа
133-134				Беседа, практика	2	Передача шайбы (мяча). Спортивные игры.	Спортзал	Практич. работа
135-136				Беседа, практика	2	Групповые взаимодействия в атаке и групповые взаимодействия в обороне.	Спортзал	Практич. работа
137-138				Беседа, практика	2	Тестирование по технической и общей физической подготовленности. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
139-140				Беседа, практика	2	Групповые взаимодействия в обороне. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
141-142				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в атаке. Индивидуальные действия в обороне.	Спортзал	Практич. работа
143-144				Беседа, практика	2	Групповые взаимодействия в атаке. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа

Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы на 3-ий год обучения

№п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1-2				Беседа, практика	2	Встреча с группой. ТБ. Понятие и значение физической культуры.	Спортзал	Опрос
3-4				Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка.	Спортзал	Опрос
5-6				Беседа, практика	2	Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
7-8				Беседа, практика	2	Упражнения для развития силы. Упражнения для развития двигательной реакции.	Спортзал	Практич. работа
9-10				Беседа, практика	2	Упражнения для развития силы. Упражнения для развития двигательной реакции.	Спортзал	Практич. работа
11-12				Беседа, практика	2	Техника владения клюшкой (упражнения с шайбой или с мячом).	Спортзал	Практич. работа
13-14				Беседа, практика	2	Упражнения для развития силы.	Спортзал	Практич. работа

15-16				Беседа, практика	2	Передача шайбы (мяча). Броски по воротам и мишеням. Броски по воротам после передачи. Броски с различных точек по воротам.	Спортзал	Практич. работа
17-18				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Общая физическая подготовка. Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
19-20				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в атаке. Ведение шайбы (мяча). Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
21-22				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Общая физическая подготовка. Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
23-24				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в обороне. Индивидуальные действия в атаке. Ведение шайбы (мяча).	Спортзал	Практич. работа
25-26				Беседа, практика	2	Групповые взаимодействия в атаке. Ведение шайбы (мяча), броски.	Спортзал	Практич. работа
27-28				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Передачи. Передача в парах.	Спортзал	Практич. работа
29-30				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Групповые взаимодействия в атаке.	Спортзал	Практич. работа
31-32				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
33-34				Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры. Передача мяча сверху. Передача мяча снизу.	Спортзал	Практич. работа
35-36				Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
37-38				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Упражнения для развития двигательных действий.	Спортзал	Практич. работа
39-40				Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа

41-42				Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Учебно-тренировочные игры	Спортзал	Практич. работа
43-44				Беседа, практика	2	Броски по воротам и мишеням. Броски по воротам после передачи. Броски с различных точек по воротам.	Спортзал	Практич. работа
45-46				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Общая физическая подготовка.	Спортзал	Практич. работа
47-48				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в атаке. Индивидуальные действия в обороне. Упражнения для развития силы.	Спортзал	Практич. работа
49-50				Беседа, практика	2	Групповые взаимодействия в атаке. Отбор шайбы. Учебно-тренировочные игры. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
51-52				Беседа, практика	2	Групповые взаимодействия в обороне. Учебно-тренировочные игры. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
53-54				Беседа, практика	2	Групповые взаимодействия в атаке. Ведение шайбы змейкой, ведение шайбы в быстром темпе.	Каток	Практич. работа
55-56				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Групповые взаимодействия в атаке. Передачи в парах.	Каток	Практич. работа
57-58				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития двигательной реакции.	Каток	Практич. работа
59-60				Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Передача шайбы сверху. Передача шайбы снизу.	Каток	Практич. работа
61-62				Беседа, практика	2	Общая физическая подготовка. Упражнения для развития двигательных действий. Индивидуальные действия в обороне.	Каток	Практич. работа
63-64				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Групповые взаимодействия в обороне.	Каток	Практич. работа
65-66				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Групповые взаимодействия в атаке. Игра в большинстве.	Каток	Практич. работа
67-68				Беседа, практика	2	Групповые взаимодействия в атаке. Упражнения для развития быстроты рывково – тормозных действий переключений.	Каток	Практич. работа

69-70				Беседа, практика	2	Ведение шайбы правой и левой стороной клюшки, ведение шайбы с изменением направления; Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
71-72				Беседа, практика	2	Передача шайбы сверху. Передача шайбы снизу. Ведение шайбы правой и левой стороной клюшки, ведение шайбы с изменением направления;	Каток	Практич. работа
73-74				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в атаке. Игра в меньшинстве.	Каток	Практич. работа
75-76				Беседа, практика	2	Ведение шайбы змейкой, ведение шайбы в быстром темпе. Упражнения для развития быстроты	Каток	Практич. работа
77-78				Беседа, практика	2	Упражнения для развития силы. Упражнения для развития двигательной реакции. Передача шайбы сверху. Передача шайбы снизу.	Каток	Практич. работа
79-80				Беседа, практика	2	Упражнения для развития двигательных действий. Подвижные игры.	Каток	Практич. работа
81-82				Беседа, практика	2	Игра в неравных составах. Отбор шайбы. Учебно-тренировочные игры.	Каток	Практич. работа
83-84				Беседа, практика	2	Упражнения для развития быстроты. Упражнения для развития силы.	Каток	Практич. работа
85-86				Беседа, практика	2	Упражнения для развития двигательных действий. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
87-88				Беседа, практика	2	Соревнование. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
89-90				Беседа, практика	2	Ведение шайбы змейкой, ведение шайбы в быстром темпе. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
91-92				Беседа, практика	2	Передача шайбы сверху. Передача шайбы снизу. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
93-94				Беседа, практика	2	Соревнование. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
95-96				Беседа, практика	2	Передача шайбы сверху. Передача шайбы снизу. Учебно-тренировочные игры	Каток	Практич. работа
97-98				Беседа,	2	Ведение шайбы змейкой, ведение шайбы в быстром темпе.	Каток	Практич.

				практика		Передача шайбы сверху. Передача шайбы снизу.		работа
99-100				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. ОФП	Каток	Практич. работа
101-102				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Ведение мяча змейкой, ведение мяча в быстром темпе.	Каток	Практич. работа
103-104				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Ведение шайбы (мяча) змейкой, ведение шайбы (мяча) в быстром темпе..	Спортзал	Практич. работа
105-106				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры. Тестирование по технической и общей физической подготовленности.	Спортзал	Практич. работа
107-108				Беседа, практика	2	Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
109-110				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в атаке. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
111-112				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча) змейкой, ведение шайбы (мяча) в быстром темпе. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
113-114				Беседа, практика	2	Передача шайбы (мяча). Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
115-116				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
117-118				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча) змейкой, ведение шайбы (мяча) в быстром темпе. Остановка шайбы (мяча).	Спортзал	Практич. работа
119-120				Беседа, практика	2	Передача мяча. Броски по воротам и мишеням. Удары по воротам после передачи. Удары с различных точек по воротам .	Спортзал	Практич. работа
121-122				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
123-124				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в атаке. Групповые взаимодействия в атаке. Подвижные игры.	Спортзал	Практич. работа
125-126				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча). Групповые взаимодействия в обороне.	Спортзал	Практич. работа

127-128				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в обороне. Индивидуальные действия в атаке. Ведение шайбы (мяча).	Спортзал	Практич. работа
129-130				Беседа, практика	2	Групповые взаимодействия в атаке и групповые взаимодействия в обороне	Спортзал	Практич. работа
131-132				Беседа, практика	2	Ведение шайбы (мяча); броски по воротам и мишеням. Групповые взаимодействия в обороне.	Спортзал	Практич. работа
133-134				Беседа, практика	2	Передача шайбы (мяча). Спортивные игры.	Спортзал	Практич. работа
135-136				Беседа, практика	2	Групповые взаимодействия в атаке и групповые взаимодействия в обороне.	Спортзал	Практич. работа
137-138				Беседа, практика	2	Тестирование по технической и общей физической подготовленности. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
139-140				Беседа, практика	2	Групповые взаимодействия в обороне. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа
141-142				Беседа, практика	2	Индивидуальные действия в атаке. Индивидуальные действия в обороне.	Спортзал	Практич. работа
143-144				Беседа, практика	2	Групповые взаимодействия в атаке. Учебно-тренировочные игры.	Спортзал	Практич. работа

ОЦЕНОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Перевод занимающихся осуществляется по итогам сдачи контрольно-переводных нормативов и показанных спортивных результатов.

Для оценки разносторонней физической подготовки обучающихся и для перевода в следующий год обучения проводятся контрольно-переводные нормативы.

Контрольно-переводные нормативы состоят из 8 упражнений.

Все упражнения оцениваются по бальной системе, норматив – 16 балов. Каждое упражнение оценивается: 1 балл – ниже норматива; 2 балла – норматив; 3 балла – свыше норматива.

Обучающие сдавшие контрольно-переводные нормативы по ОФП И СФП и набравшие в сумме 16 баллов или больше за 8 упражнений переводятся в следующий год обучения.

Обучающие набравшие в сумме меньше 16 баллов за 8 упражнений остаются повторно в группе того же года обучения.

Тесты для оценки контроля учащихся в спортивно-оздоровительном этапе

Для оценки общей физической подготовки применяются следующие тесты вне льда:

1. Бег 30 м с высокого старта (с).
2. Прыжок в длину с места (м).
3. Сгибание разгибание рук в упоре лежа (кол-во).
4. Подтягивание на перекладине (кол-во).
5. Челночный бег 3х10 м (с).

Для оценки специальной физической и технической подготовленности (на льду хоккейной площадки).

1. Бег на коньках 36 м лицом вперед (с).
2. Бег на коньках 36 м спиной вперед (с).
3. Челночный бег 6х9м (с).
4. Бег на коньках лицом вперед по «малой восьмерке».
5. Обводка 5-ти стоек с последующим броском шайбы в ворота.
6. Броски шайбы в ворота с места (балл) (5 бросков с отметки 7 м от ворот).

Оценка и контроль соревновательной деятельности хоккеистов

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

Из-за высоких физической и психической нагрузок объем официальных матчей хоккеистов высокой квалификации принято ограничивать тремя часами. В детско-юношеском хоккее - двумя часами. Во время, затраченное на игру, входят подготовка к матчу разминка перед матчем, время матча и время перерывов.

Оценка эффективности соревновательной деятельности проводится на основе педагогических наблюдений за технико-тактическими действиями звеньев команды и каждого игрока, по экспериментально-обоснованной методике с использованием четырехрядной шкалы оценок

Оценка и контроль тренировочной деятельности

Контроль тренировочной деятельности ведется на основе оценки тренировочной нагрузки и эффективности тренировочной деятельности.

Нагрузка оценивается по показателям объема и интенсивности, при этом за показатель объема принимается суммарное количество выполненной тренировочной работы в часах, а за показатель интенсивности - ее напряженность (в баллах), которая определяется количеством технико-тактических действий, выполняемых в единицу времени, скоростью, темпом и др.

К показателям объема следует отнести количество:

- тренировочных дней;
- тренировочных занятий;
- часов, затраченных на тренировочные занятия.

Для более объективной оценки тренировочной нагрузки необходимо определение ее частных объемов по видам подготовки (физической, технической, тактической и игровой), по характеру и направленности.

Эффективность тренировочного процесса определяется по степени выполнения тренировочных заданий в занятиях, по динамике контрольных показателей технико-тактической и физической подготовленности, по результатам официальных игр.