

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 3»
п. Арамилы Сысертского района Свердловской области**

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол № 17
от 30 августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ «СОШ №3»
А.С. Бархатова
Приказ № 160-ОД от 30.08.2022



*Программа
дополнительного образования*
**Муниципального бюджетного образовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа №3»**

«ХОККЕЙ»

(«ХОККЕЙ С ШАЙБОЙ»)

физкультурно-спортивная направленность

Возраст обучающихся младший школьный возраст 9-12 лет

Срок реализации: 4 года (48 месяцев, 864 часа)

Составитель: Казаков Александр Сергеевич

педагог дополнительного образования

п. Арамилы

Содержание

<i>Пояснительная записка</i>	7
Направленность дополнительной общеобразовательной программы ...	7
Новизна, актуальность ДОП	7
Цели и задачи ДОП	8
Отличительные особенности данной ДОП от уже существующих программ	9
Категория и возраст детей, участвующих в реализации данной ДОП	9
Обоснование уровней освоения программы (ознакомительный, базовый, продвинутой) на каждом этапе обучения	9
Сроки реализации программы — число месяцев, (лет) реализации, продолжительность реализации в часах, количество модулей ДОП	10
Число часов работы педагогического работника, предусмотренное на индивидуальное сопровождение детей, а также число часов сопровождения группы дополнительным педагогическим работником одновременно с педагогическим работником, непосредственно осуществляющим реализацию образовательной программы	10
Количество обучающихся в группе (ожидаемое минимальное число детей, обучающиеся в одной группе; ожидаемое максимальное число детей, обучающиеся в одной группе)	11
Формы и режим занятий (периодичность и продолжительность занятий, количество часов и занятий в неделю)	11
<i>Учебный (тематический) план ДОП первого года обучения, ознакомительный модуль «Шайба»</i>	11
Содержание учебного (тематического) плана ДОП первого года обучения, ознакомительный модуль «Шайба»	12
Раздел 1. Техника катания на коньках	12
Тема 1.1 Равновесие, (баланс) на хоккейных коньках.	12
Тема 1.2 Бег на хоккейных коньках.	12
Тема 1.3 Повороты в движении на хоккейных коньках.....	13
Раздел 2. Техника контроля и ведения шайбы	13
Тема 2.1 Ведение шайбы на месте в основной стойке.....	13
Тема 2.1 Ведение шайбы узкое и широкое на месте.....	13

Тема 2.3 Ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки.	13
<i>Учебный (тематический) план ДОП второго года обучения, базовый модуль «Шайба+ворота».....</i>	<i>14</i>
Содержание учебного (тематического) плана ДОП второго года обучения, базовый модуль «Шайба+ворота»	15
Раздел 1. Техника катания.....	15
Тема 1.1 Бег и торможение на хоккейных коньках.	15
Тема 1.2 Поворот скрестными шагами, поворот на 180°.	15
Тема 1.3 Старт короткими шагами.	15
Раздел 2. Техника контроля и ведения шайбы.	16
Тема 2.1 Ведение шайбы узкое и широкое на месте.....	16
Тема 2.2 Ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки.	16
Тема 2.3 Ведение шайбы по заданной траектории, обводка конусов и неподвижной клюшки партнера.	16
Раздел 3. Техника броска шайбы по воротам.	16
Тема 3.1 Кистевой бросок шайбы.	16
Тема 3.2 Удар по шайбе с замахом.....	16
<i>Учебный (тематический) план ДОП третьего года обучения, базовый модуль «Шайба+ворота+соперник».....</i>	<i>17</i>
Содержание учебного (тематического) плана ДОП третьего года обучения, базовый модуль «Шайба+ворота+соперник»	18
Раздел 1. Техника катания.....	18
Тема 1.1 Бег и торможение на хоккейных коньках.	18
Тема 1.2 Поворот скрестными шагами, поворот на 180°.	19
Тема 1.3 Старт короткими шагами.	19
Раздел 2. Техника контроля и ведения шайбы.	19
Тема 2.1 Ведение шайбы узкое и широкое на месте.....	19
Тема 2.2 Ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки.	19
Тема 2.3 Ведение шайбы по заданной траектории, обводка конусов и неподвижной клюшки партнера.	19

Раздел 3. Техника броска шайбы по воротам.	20
Тема 3.1 Кистевой бросок шайбы.	20
Тема 3.2 Удар по шайбе с замахом.	20
Раздел 4. Индивидуальная тактика.	20
Тема 4.1 Обманные движения корпусом.	20
Тема 4.2 Резкие изменения направления движения («улитка»).	20
<i>Учебный (тематический) план ДОП четвертого года обучения, продвинутый модуль «Шайба+ворота+соперник+партнер»</i>	21
Содержание учебного (тематического) плана ДОП четвертого года обучения, продвинутый модуль «Шайба+ворота+соперник+партнер»	23
Раздел 1. Техника катания.	23
Тема 1.1 Бег и торможение на хоккейных коньках.	23
Тема 1.2 Поворот скрестными шагами, поворот на 180°.	23
Тема 1.3 Старт короткими шагами.	23
Раздел 2. Техника контроля и ведения шайбы.	24
Тема 2.1 Ведение шайбы узкое и широкое на месте.	24
Тема 2.2 Ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки.	24
Тема 2.3 Ведение шайбы по заданной траектории, обводка конусов и неподвижной клюшки партнера.	24
Раздел 3. Техника броска шайбы по воротам.	24
Тема 3.1 Кистевой бросок шайбы.	24
Тема 3.2 Удар по шайбе с замахом.	25
Раздел 4. Индивидуальная тактика.	25
Тема 4.1 Обманные движения корпусом.	25
Тема 4.2 Резкие изменения направления движения («улитка»).	25
Тема 4.3 Обманные броски.	25
Тема 4.4 Поиск лучшей позиции	25
Тема 4.5 Индивидуальная тактика в обороне.	25
Раздел 5. Техника взаимодействия с партнером, групповая тактика.	26
Тема 5.1 Передачи шайбы на месте с «удобной» и «неудобной» стороны.	26

Тема 5.2 Передачи шайбы в парах, обманные передачи.....	26
Тема 5.3 Ситуации: 1 в 1, 2 в 1.....	26
Тема 5.4 Выходы из своей зоны.....	26
Тема 5.5 Зонная оборона.....	26
Тема 5.6 Групповая тактика нападения.	27
Тема 5.7 Групповая тактика в обороне.....	27
<i>Формы аттестации/контроля</i>	27
<i>Планируемые результаты освоения ДОП</i>	28
Метапредметные результаты освоения ДОП	28
Личностные результаты освоения ДОП.....	29
Личностными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:	29
• активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;.....	29
• проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;	29
• проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	29
• оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.....	29
Предметные результаты освоения ДОП.....	29
<i>Оценочные материалы ДОП</i>	30
Показатели полезности при оценке соревновательной деятельности.	30
<i>Методическое обеспечение ДОП</i>	30
<i>Материально техническое обеспечение ДОП</i>	31
<i>Список использованной литературы</i>	33
Законодательство и нормативно-правовое обеспечение	33
Теория и методика спортивной тренировки.....	35
Теория и методика спортивной тренировки в хоккее.....	36
Медико-биологическое обеспечение спортивной подготовки хоккеистов .	39
Антидопинговое обеспечение спортивной подготовки хоккеистов.....	41

Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки	41
Спортивный отбор.....	42
Психологическая подготовка	42
Спортивный менеджмент	43
<i>Приложение 1</i>	45
Тесты для зачисления в группы на учебно-тренировочном этапе (первого года) подготовки по хоккею	45

Пояснительная записка

Направленность дополнительной общеобразовательной программы

Направленность дополнительной общеобразовательной программы (далее **ДОП**)— физкультурно-спортивная, реализуется спортивно-оздоровительный этап.

В соответствии с приказом Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» образовательная деятельность по дополнительной общеобразовательной программе направлена на формирование и развитие творческих способностей обучающихся; удовлетворение индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом; укрепления здоровья, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни; обеспечение духовно-нравственного, гражданско-патриотического, военно-патриотического, трудового воспитания обучающихся; выявление, развитие и поддержку талантливых обучающихся, а также лиц, проявивших выдающиеся способности; профессиональную ориентацию обучающихся, создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, создание условий для получения начальных знаний, умений, навыков в области физической культуры и спорта, (спортивно-оздоровительного этапа) для дальнейшего освоения учебно-тренировочного этапа спортивной подготовки; социализацию и адаптацию обучающихся к жизни в обществе; формирование общей культуры обучающихся.

Новизна, актуальность ДОП

Обоснование соответствия целей, содержания и образовательных результатов программы региональным социально-экономическим и социокультурным потребностям и проблемам, педагогическая целесообразность.

Хоккей является базовым видом спорта в Свердловской области, в Арамильском городском округе любят и играют в хоккей, для примера: на Областной этап Всероссийского турнира клуба юных хоккеистов «Золотая шайба» имени А.В. Тарасова по 2008 году рождения заявлено в этом году две хоккейные команды «Дельфин» и «ЦСКА САМБО».

В МБОУ «СОШ № 3» п. Арамиль обучаются дети трех близлежащих поселков: Арамиль, Арамиль-2 (Мельзавод) и Светлый. В каждом поселке местными жителями самостроем возведены деревянные хоккейные коробки, что подтверждает любовь местного населения к занятиям хоккеем.

Цели и задачи ДОП

Цели дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» принципиально отличаются в зависимости от уровня освоения ДОП. Целью ознакомительного уровня является вовлечение в систему регулярных занятий, физическое воспитание. Цель базового уровня — формирование знаний, умений и индивидуальных технических навыков в избранном виде спорта. Цель продвинутого уровня — формирование знаний, умений, индивидуальных технических и тактических, а также групповых тактических навыков ведения игры в хоккей, систематическое участие в спортивных соревнованиях.

Задачи данной ДОП делятся на обучающие, развивающие и воспитательные.

Обучающими задачами дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» являются:

- освоение базовых двигательных умений и навыков в избранном виде спорта;
- освоение основ техники по виду спорта «хоккей»;
- освоение основ индивидуальной и групповой тактики по виду спорта «хоккей».

Развивающими задачами дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» являются:

- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- формирование общего представления об антидопинговых правилах.

Воспитательными задачами дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» являются:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом и хоккеем;

- вовлечение в систему регулярных занятий;
- воспитание у юных спортсменов моральной устойчивости;

Отличительные особенности данной ДОП от уже существующих программ

В летнее и весеннее-осеннее время данная ДОП будет осуществляться на открытой баскетбольной площадке, в спортивном зале и бросковой зоне тренажерного зала (тира) МБОУ «СОШ № 3» п. Арамиль, с использованием роликовых хоккейных коньков Marsblade, а также специальных шайб для занятий вне льда.

Категория и возраст детей, участвующих в реализации данной ДОП

К зачислению на дополнительную общеобразовательную программу физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» принимаются мальчики с 9 лет, без подготовки, допущенные спортивно-медицинской комиссией к занятиям хоккеем.

В реализации дополнительной общеобразовательной программы физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» участвуют мальчики с 9 до 12 лет, допущенные спортивно-медицинской комиссией к занятиям хоккеем.

Возможен дополнительный набор в группу второго, третьего и четвертого года обучения по данной ДОП, (при наличии вакантных мест), мальчиков 10, 11 и 12 лет соответственно, при условии сдачи контрольных нормативов по физической подготовке.

Обоснование уровней освоения программы (ознакомительный, базовый, продвинутый) на каждом этапе обучения

Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» рассчитана на один этап обучения — спортивно-оздоровительную подготовку по виду спорта хоккей.

Первый год обучения — ознакомительный уровень освоения ДОП. Второй и третий год обучения — базовый уровень освоения ДОП. Четвертый год обучения — продвинутый уровень освоения программы.

Каждый участник ДОП имеет право на стартовый доступ к любому из представленных уровней, (в соответствии с готовностью и желанием

ребенка), которое реализуется через организацию условий и процедур — тестов — диагностики изначальной оснащённости участника (где определяется та или иная степень готовности к освоению содержания материала заявленного участником уровня).

ДОП предполагает реализацию процессов индивидуального сопровождения детей, основывающихся на данных индивидуального рейтинга.

Сроки реализации программы — число месяцев,(лет) реализации, продолжительность реализации в часах, количество модулей ДОП

Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» рассчитана на 48 месяцев (4 года), продолжительность реализации 864 часа.

Дополнительная общеобразовательная программа физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» включает в себя четыре модуля:

1. Ознакомительный модуль «Шайба»
2. Первый базовый модуль «Шайба+ворота»
3. Второй базовый модуль «Шайба +ворота+соперник»
4. Продвинутый модуль «Шайба+ворота+соперник+партнер»

Общий объем программы в часах 864 часа, по годам обучения:

1. Первый год — Ознакомительный модуль «Шайба» — 216 часов;
2. Второй год — Первый базовый модуль «Шайба+ворота» — 216 часов;
3. Третий год — Второй базовый модуль «Шайба +ворота+соперник» — 216 часов;
4. Четвертый год — Продвинутый модуль «Шайба+ворота+соперник+партнер» — 216 часов.

Число часов работы педагогического работника, предусмотренное на индивидуальное сопровождение детей,

а также число часов сопровождения группы дополнительным педагогическим работником одновременно с педагогическим работником, непосредственно осуществляющим реализацию образовательной программы

ДОП предусматривает работу двух педагогов с группой, включая 1 час в неделю на индивидуальное сопровождение детей (малая группа до 4 человек) педагогами дополнительного образования штата структурного подразделения

МБОУ «СОШ № 3» п. Арамиль — школьного спортивного клуба (ШСК) «Звезда».

Количество обучающихся в группе (ожидаемое минимальное число детей, обучающиеся в одной группе; ожидаемое максимальное число детей, обучающиеся в одной группе)

Число детей, одновременно находящихся в группе, обучающихся по данной ДОП, составляет от 7 до 30-ти человек.

**Формы и режим занятий
(периодичность и продолжительность занятий,
количество часов и занятий в неделю)**

Занятия по дополнительной общеобразовательной программе физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» проходят еженедельно, три раза в неделю, 4 часа в неделю. Один час из четырех в неделю выделяется на индивидуальное сопровождение занимающихся.

*Учебный (тематический) план ДОП первого года обучения,
ознакомительный модуль «Шайба»*

№ п/п	Название раздела. Темы.	Количество часов				Формы аттестации/кон троля
		Всего	Теория	Практика	Индивидуальное сопровождение детей (в малых группах до 4 человек)	
1	Техника катания на коньках	108	16	90	26	Контрольные занятия
1.1	Равновесие (баланс) на хоккейных коньках	36	5	22	9	Тест на льду
1.2	Бег на хоккейных коньках	36	5	22	9	Тест на льду

1.3	Повороты в движении на хоккейных коньках	36	6	22	8	Тест на льду
2	Техника контроля и ведения шайбы	108	16	90	26	Контрольные занятия
2.1	Ведение шайбы на месте в основной стойке	36	5	22	9	Тест на льду
2.2	Ведение шайбы узкое и широкое на месте	36	5	22	9	Тест на льду
2.3	Ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки	36	6	22	8	Тест на льду
	Итого:	216	32	132	52	6 часов занятий, входят в раздел «Практика»

Содержание учебного (тематического) плана ДОП первого года обучения, ознакомительный модуль «Шайба»

Раздел 1. Техника катания на коньках.

Тема 1.1 Равновесие, (баланс) на хоккейных коньках.

Теория: Понятие о технике катания на хоккейных коньках. Функции внутреннего и внешнего ребер хоккейного конька. Хоккейная посадка. Подбор коньков и шнуровка хоккейных ботинок.

Практика: Освоение навыков техники передвижения на хоккейных коньках: упражнения на равновесие (баланс): стойка на одной ноге в хоккейной посадке, прыжки на одной ноге, скрестный шаг перешагиванием через лежащую клюшку, имитация торможения внутренней гранью одной ноги поочередно, имитация торможения внешней гранью одной ноги поочередно, упражнения выполняются на месте.

Тема 1.2 Бег на хоккейных коньках.

Теория: Понятие о технике катания и бега на хоккейных коньках. Функции внутреннего и внешнего ребер хоккейного конька. Хоккейная посадка.

Практика: Освоение навыков техники передвижения на хоккейных коньках:

движение по прямойлицом, спиной вперед, техника бега на хоккейных коньках.

Тема 1.3 Повороты в движении на хоккейных коньках.

Теория: Понятие о технике катания и поворотов в движении на хоккейных коньках. Функции внутреннего и внешнего ребер хоккейного конька. Хоккейная посадка.

Практика: Освоение навыков техники передвижения на хоккейных коньках: повороты, виражи, развороты. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Раздел 2. Техника контроля и ведения шайбы.

Тема 2.1 Ведение шайбы на месте в основной стойке.

Теория: Понятие о технике ведения шайбы. Подбор клюшки. Функции внешней и внутренней сторон пера клюшки, рукоятки. Обмотка пера и рукоятки клюшки.

Практика: Освоение навыков контроля и ведения шайбы. Основная стойка, правильный хват клюшки, работа верхней и нижней рук.

Тема 2.1 Ведение шайбы узкое и широкое на месте.

Теория: Понятие о технике ведения шайбы. Подбор клюшки. Функции внешней и внутренней сторон пера клюшки, рукоятки.

Практика: Освоение навыков контроля и ведения шайбы. Основная стойка, правильный хват клюшки, работа рук. Узкое и широкое ведение на месте.

Тема 2.3 Ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки.

Теория: Понятие о технике ведения шайбы. Подбор клюшки. Функции внешней и внутренней сторон пера клюшки, рукоятки.

Практика: Освоение навыков контроля и ведения шайбы. Основная стойка, правильный хват клюшки, работа рук. Узкое и широкое ведение на месте, вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Направленность индивидуальных занятий в малых группах до 4 человек определяется исходя из усвоения материала учебного (тематического) плана занимающимися. Группы до 4 человек формируются исходя из общности слабых мест в усвоении материала у занимающихся по ДОП.

*Учебный (тематический) план ДОП второго года обучения,
базовый модуль «Шайба+ворота»*

№ п/п	Название раздела. Темы.	Количество часов				Формы аттестации/кон троля
		Всего	Теория	Практика	индивидуальное сопровождение детей (в малых группах до 4	
1	Техника катания на коньках	72	10	48		Контрольные занятия
1.1	Бег и торможение на хоккейных коньках	24	3	16	7	Тест на льду
1.2	Поворот скрестными шагами, поворот на 180°	24	3	16	7	Тест на льду
1.3	Старт короткими шагами	24	4	16	6	Тест на льду
2	Техника контроля и ведения шайбы	72	11	48		Контрольные занятия
2.1	Ведение шайбы узкое и широкое на месте	24	3	16	7	Тест на льду
2.2	Ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки	24	4	16	6	Тест на льду
2.3	Ведение шайбы по заданной траектории, обводка конусов и неподвижной клюшки партнера	24	4	16	6	Тест на льду
3	Техника броска шайбы по воротам	72	11	48		Контрольные занятия

3.1	Кистевой бросок шайбы	36	5	24	7	Тест на льду
3.2	Удар по шайбе с замахом	36	6	24	6	Тест на льду
	Итого:	216	32	132	52	8 часов занятий, входят в раздел «Практика»

Содержание учебного (тематического) плана ДОП второго года обучения, базовый модуль «Шайба+ворота»

Раздел 1. Техника катания.

Тема 1.1 Бег и торможение на хоккейных коньках.

Теория: Понятие о технике катания на хоккейных коньках. Функции внутреннего и внешнего ребер хоккейного конька. Хоккейная посадка.

Техника выполнения торможения в хоккейных коньках.

Практика: Освоение навыков техники бега и торможения на хоккейных коньках: бег и торможение по прямой лицом, спиной вперед, упражнения на торможение внутренней и внешней гранью. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 1.2 Поворот скрестными шагами, поворот на 180°.

Теория: Понятие о технике катания на хоккейных коньках. Функции внутреннего и внешнего ребер хоккейного конька. Хоккейная посадка.

Техника выполнения поворота скрестными шагами (перебежки) лицом, спиной вперед, техника выполнения поворота на 180°.

Практика: Освоение навыков техники перебежки лицом, спиной вперед, повороты, виражи, развороты. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 1.3 Старт короткими шагами.

Теория: Понятие о технике катания на хоккейных коньках. Функции внутреннего и внешнего ребер хоккейного конька. Хоккейная посадка.

Техника выполнения старта короткими шагами.

Практика: Освоение навыков техники старта короткими шагами на хоккейных коньках: старт короткими шагами по прямой лицом, спиной вперед, повороты, виражи, развороты с места после старта короткими шагами. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Раздел 2. Техника контроля и ведения шайбы.

Тема 2.1 Ведение шайбы узкое и широкое на месте

Теория: Понятие о технике ведения шайбы. Функции внешней и внутренней сторон пера клюшки, рукоятки. Техника узкого и широкого ведения шайбы на месте.

Практика: Освоение навыков контроля и ведения шайбы. Основная стойка, правильный хват клюшки, работа рук. Упражнения на узкое и широкое ведение шайбы на месте.

Тема 2.2 Ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки.

Теория: Понятие о технике ведения шайбы. Функции внешней и внутренней сторон пера клюшки, рукоятки. Техника ведения шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки.

Практика: Освоение навыков контроля и ведения шайбы. Основная стойка, правильный хват клюшки, работа рук. Упражнения на ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки.

Тема 2.3 Ведение шайбы по заданной траектории, обводка конусов и неподвижной клюшки партнера.

Теория: Понятие о технике ведения шайбы. Функции внешней и внутренней сторон пера клюшки, рукоятки. Техника ведения шайбы по заданной траектории, обводка конусов и неподвижной клюшки партнера.

Практика: Освоение навыков контроля и ведения шайбы. Основная стойка, правильный хват клюшки, работа рук. Упражнения на ведение шайбы по заданной траектории, обводки конусов и неподвижной клюшки соперника. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Раздел 3. Техника броска шайбы по воротам.

Тема 3.1 Кистевой бросок шайбы.

Теория: Понятие о технике бросков шайбы по воротам. Функции граней шайбы при взаимодействии с пером клюшки. Техника выполнения броска шайбы по воротам.

Практика: Освоение навыков кистевого броска и удара шайбы с замахом на месте. Точность броска, тренировка бросков по мишеням.

Тема 3.2 Удар по шайбе с замахом.

Теория: Понятие о технике бросков шайбы по воротам. Функции граней шайбы при взаимодействии с пером клюшки. Техника выполнения удара по шайбе с замахом, расположение и работа ног, хват клюшки.

Практика. Освоение навыков удара по движущейся шайбе: игрок на месте, с подкатом и остановкой перед броском.

Направленность индивидуальных занятий в малых группах до 4 человек определяется исходя из усвоения материала учебного (тематического) плана занимающимися. Группы до 4 человек формируются исходя из общности слабых мест в усвоении материала у занимающихся по ДОП.

*Учебный (тематический) план ДОП третьего года обучения,
базовый модуль «Шайба+ворота+соперник»*

№ п/п	Название раздела. Темы.	Количество часов				Формы аттестации/конт роля
		Всего	Теория	Практика	индивидуальное сопровождение детей (в малых группах до 4 человек)	
1	Техника катания на коньках	72	11	48	13	Контрольные занятия
1.1	Бег и торможение на хоккейных коньках	24	3	16	5	Тест на льду
1.2	Поворот скрестными шагами, поворот на 180°	24	4	16	4	Тест на льду
1.3	Старт короткими шагами	24	4	16	4	Тест на льду
2	Техника контроля и ведения шайбы	72	11	48	13	Контрольные занятия
2.1	Ведение шайбы узкое и широкое на месте	24	3	16	5	Тест на льду
2.2	Ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника,	24	4	16	4	Тест на льду

	восьмерки					
2.3	Ведение шайбы по заданной траектории, обводка конусов и подвижной клюшки партнера	24	4	16	4	Тест на льду
3	Техника броска шайбы по воротам	40	7	20	13	Контрольные занятия
3.1	Кистевой бросок шайбы	20	3	16	7	Тест на льду
3.2	Удар по шайбе с замахом	20	4	16	6	Тест на льду
4	Индивидуальная тактика	32	3	16	13	Контрольные занятия
4.1	Обманные движения корпусом	16	1	14	7	Тест на льду
4.2	Резкие изменения направления движения («улитка»)	16	2	14	6	Тест на льду
	Итого:	216	32	132	52	10 часов занятий, входят в раздел «Практика»

Содержание учебного (тематического) плана ДОП третьего года обучения, базовый модуль «Шайба+ворота+соперник»

Раздел 1. Техника катания.

Тема 1.1 Бег и торможение на хоккейных коньках.

Теория: Понятие о технике катания на хоккейных коньках. Функции внутреннего и внешнего ребер хоккейного конька. Хоккейная посадка. Техника выполнения торможения в хоккейных коньках.

Практика: Освоение навыков техники бега и торможения на хоккейных коньках: бег и торможение по прямой лицом, спиной вперед, упражнения на торможение внутренней и внешней гранью. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 1.2 Поворот скрестными шагами, поворот на 180°.

Теория: Понятие о технике катания на хоккейных коньках. Функции внутреннего и внешнего ребер хоккейного конька. Хоккейная посадка. Техника выполнения поворота скрестными шагами (перебежки) лицом, спиной вперед, техника выполнения поворота на 180°.

Практика: Освоение навыков техники перебежки лицом, спиной вперед, повороты, виражи, развороты. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 1.3 Старт короткими шагами.

Теория: Понятие о технике катания на хоккейных коньках. Функции внутреннего и внешнего ребер хоккейного конька. Хоккейная посадка. Техника выполнения старта короткими шагами.

Практика: Освоение навыков техники старта короткими шагами на хоккейных коньках: старт короткими шагами по прямой лицом, спиной вперед, повороты, виражи, развороты с места после старта короткими шагами. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Раздел 2. Техника контроля и ведения шайбы.

Тема 2.1 Ведение шайбы узкое и широкое на месте

Теория: Понятие о технике ведения шайбы. Функции внешней и внутренней сторон пера клюшки, рукоятки. Техника узкого и широкого ведения шайбы на месте.

Практика: Освоение навыков контроля и ведения шайбы. Основная стойка, правильный хват клюшки, работа рук. Упражнения на узкое и широкое ведение шайбы на месте.

Тема 2.2 Ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки.

Теория: Понятие о технике ведения шайбы. Функции внешней и внутренней сторон пера клюшки, рукоятки. Техника ведения шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки.

Практика: Освоение навыков контроля и ведения шайбы. Основная стойка, правильный хват клюшки, работа рук. Упражнения на ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки.

Тема 2.3 Ведение шайбы по заданной траектории, обводка конусов и неподвижной клюшки партнера.

Теория: Понятие о технике ведения шайбы. Функции внешней и внутренней сторон пера клюшки, рукоятки. Техника ведения шайбы по заданной

траектории, обводка конусов и неподвижной клюшки партнера.

Практика: Освоение навыков контроля и ведения шайбы. Основная стойка, правильный хват клюшки, работа рук. Упражнения на ведение шайбы по заданной траектории, обводки конусов и неподвижной клюшки соперника. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Раздел 3. Техника броска шайбы по воротам.

Тема 3.1 Кистевой бросок шайбы.

Теория: Понятие о технике бросков шайбы по воротам. Функции граней шайбы при взаимодействии с пером клюшки. Техника выполнения броска шайбы по воротам.

Практика. Освоение навыков кистевого броска и удара шайбы с замахом на месте. Точность броска, тренировка бросков по мишеням.

Тема 3.2 Удар по шайбе с замахом.

Теория: Понятие о технике бросков шайбы по воротам. Функции граней шайбы при взаимодействии с пером клюшки. Техника выполнения удара по шайбе с замахом, расположение и работа ног, хват клюшки.

Практика. Освоение навыков удара по движущейся шайбе: игрок на месте, с подкатом и остановкой перед броском.

Раздел 4. Индивидуальная тактика.

Тема 4.1 Обманные движения корпусом.

Теория: Понятие о технике выполнения обманных движений корпусом. Функции обманных движений корпусом в хоккее.

Практика: Освоение техники обманных движений корпусом, подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 4.2 Резкие изменения направления движения («улитка»).

Теория: Понятие о технике выполнения резкого изменения направления движения («улитки»). Функции резкого изменения направления движения в хоккее.

Практика: Освоение техники резкого изменения направления движения («улитки»). Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Направленность индивидуальных занятий в малых группах до 4 человек определяется исходя из усвоения материала учебного (тематического) плана занимающимися. Группы до 4 человек формируются исходя из общности слабых мест в усвоении материала у занимающихся по ДОП.

*Учебный (тематический) план ДОП четвертого года обучения,
продвинутый модуль «Шайба+ворота+соперник+партнер»*

№ п/п	Название раздела. Темы.	Количество часов				Формы аттестации/к онтроля
		Всего	Теория	Практика	индивидуальное сопровождение детей (в малых группах до 4	
1	Техника катания на коньках	34	4	30	6	Контрольные занятия
1.1	Бег и торможение на хоккейных коньках	12	2	8	2	Тест на льду
1.2	Поворот скрестными шагами, поворот на 180°	12	2	8	2	Тест на льду
1.3	Старт короткими шагами	10	—	8	2	Тест на льду
2	Техника контроля и ведения шайбы	34	4	30	4	Контрольные занятия
2.1	Ведение шайбы узкое и широкое на месте	10	—	8	2	Тест на льду
2.2	Ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки	12	2	3	1	Тест на льду
2.3	Ведение шайбы по заданной траектории, обводка конусов и подвижной клюшки партнера	12	2	3	1	Тест на льду
3	Техника броска шайбы	36	4	32	12	Контрольные

	по воротам					занятия
3.1	Кистевой бросок шайбы	18	2	10	6	Тест на льду
3.2	Удар по шайбе с замахом	18	2	10	6	Тест на льду
4	Индивидуальная тактика	50	8	40	13	Контрольные занятия
4.1	Обманные движения корпусом	16	1	10	5	Тест на льду
4.2	Резкие изменения направления движения («улитка»)	16	2	10	4	Тест на льду
4.3	Обманные броски	6	2	3	1	Тест на льду
4.4	Поиск лучшей позиции	6	1	3	2	Тест на льду
4.5	Индивидуальная тактика в обороне	6	2	3	1	Оценка показателей полезности во время соревновательной деятельности
5	Техника взаимодействия с партнером, групповая тактика	62	12	48	17	Контрольные занятия
5.1	Передачи шайбы на месте с «удобной» и «неудобной» стороны	8	1	4	3	Тест на льду
5.2	Передачи шайбы в парах, обманные передачи	8	2	4	2	Тест на льду
5.3	Ситуации: 1 в 1, 2 в 1	8	2	4	2	Тест на льду
5.4	Выходы из своей зоны	8	2	4	2	Тест на льду
5.5	Зонная оборона	6	1	4	1	Тест на льду

5.6	Групповая тактика нападения	12	2	5	5	Оценка показателей полезности во время соревновательной деятельности
5.7	Групповая тактика в обороне	12	2	8	2	
Итого:		216	32	132	52	17 часов занятий, входят в раздел «Практика»

Содержание учебного (тематического) плана ДОП четвертого года обучения, продвинутый модуль «Шайба+ворота+соперник+партнер»

Раздел 1. Техника катания.

Тема 1.1 Бег и торможение на хоккейных коньках.

Теория: Понятие о технике катания на хоккейных коньках. Функции внутреннего и внешнего ребер хоккейного конька. Хоккейная посадка. Техника выполнения торможения в хоккейных коньках.

Практика: Освоение навыков техники бега и торможения на хоккейных коньках: бег и торможение по прямой лицом, спиной вперед, упражнения на торможение внутренней и внешней гранью. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 1.2 Поворот скрестными шагами, поворот на 180°.

Теория: Понятие о технике катания на хоккейных коньках. Функции внутреннего и внешнего ребер хоккейного конька. Хоккейная посадка. Техника выполнения поворота скрестными шагами (перебежки) лицом, спиной вперед, техника выполнения поворота на 180°.

Практика: Освоение навыков техники перебежки лицом, спиной вперед, повороты, виражи, развороты. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 1.3 Старт короткими шагами.

Теория: Понятие о технике катания на хоккейных коньках. Функции внутреннего и внешнего ребер хоккейного конька. Хоккейная посадка. Техника выполнения старта короткими шагами.

Практика: Освоение навыков техники старта короткими шагами на

хоккейных коньках: старт короткими шагами по прямой лицом, спиной вперед, повороты, виражи, развороты с места после старта короткими шагами. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Раздел 2. Техника контроля и ведения шайбы.

Тема 2.1 Ведение шайбы узкое и широкое на месте

Теория: Понятие о технике ведения шайбы. Функции внешней и внутренней сторон пера клюшки, рукоятки. Техника узкого и широкого ведения шайбы на месте.

Практика: Освоение навыков контроля и ведения шайбы. Основная стойка, правильный хват клюшки, работа рук. Упражнения на узкое и широкое ведение шайбы на месте.

Тема 2.2 Ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки.

Теория: Понятие о технике ведения шайбы. Функции внешней и внутренней сторон пера клюшки, рукоятки. Техника ведения шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки.

Практика: Освоение навыков контроля и ведения шайбы. Основная стойка, правильный хват клюшки, работа рук. Упражнения на ведение шайбы вокруг корпуса по траектории квадрата, треугольника, восьмерки.

Тема 2.3 Ведение шайбы по заданной траектории, обводка конусов и неподвижной клюшки партнера.

Теория: Понятие о технике ведения шайбы. Функции внешней и внутренней сторон пера клюшки, рукоятки. Техника ведения шайбы по заданной траектории, обводка конусов и неподвижной клюшки партнера.

Практика: Освоение навыков контроля и ведения шайбы. Основная стойка, правильный хват клюшки, работа рук. Упражнения на ведение шайбы по заданной траектории, обводки конусов и неподвижной клюшки соперника. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Раздел 3. Техника броска шайбы по воротам.

Тема 3.1 Кистевой бросок шайбы.

Теория: Понятие о технике бросков шайбы по воротам. Функции граней шайбы при взаимодействии с пером клюшки. Техника выполнения броска шайбы по воротам.

Практика. Освоение навыков кистевого броска и удара шайбы с замахом на месте. Точность броска, тренировка бросков по мишеням.

Тема 3.2 Удар по шайбе с замахом.

Теория: Понятие о технике бросков шайбы по воротам. Функции граней шайбы при взаимодействии с пером клюшки. Техника выполнения удара по шайбе с замахом, расположение и работа ног, хват клюшки.

Практика. Освоение навыков удара по движущейся шайбе: игрок на месте, с подкатом и остановкой перед броском.

Раздел 4. Индивидуальная тактика.

Тема 4.1 Обманные движения корпусом.

Теория: Понятие о технике выполнения обманных движений корпусом. Функции обманных движений корпусом в хоккее.

Практика: Освоение техники обманных движений корпусом, подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 4.2 Резкие изменения направления движения («улитка»).

Теория: Понятие о технике выполнения резкого изменения направления движения («улитки»). Функции резкого изменения направления движения в хоккее.

Практика: Освоение техники резкого изменения направления движения («улитки»). Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 4.3 Обманные броски.

Теория: Понятие об обманных бросках, индивидуальной тактике. Функции во время игры в хоккее.

Практика: Освоение техники обманных бросков, упражнения на поиск лучшей позиции, бросок из-под защитника, показ паса и выполнение кистевого броска, бросок, не глядя на цель (ворота) — индивидуальная тактика. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 4.4 Поиск лучшей позиции

Теория: Понятие о поиске лучшей позиции во время игры в хоккее.

Функции поиска лучшей позиции в хоккее.

Практика: Упражнения на поиск лучшей позиции — индивидуальная тактика. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 4.5 Индивидуальная тактика в обороне.

Теория: Понятие об индивидуальной тактике в хоккее. Функции индивидуальной тактики в хоккее.

Практика: Освоение техники обманных бросков: бросок из-под ноги, из-под двух ног, с неудобной стороны пера клюшки, резкие изменения направления движения («улитка»), упражнения на поиск лучшей позиции,

индивидуальная тактика. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Раздел 5. Техника взаимодействия с партнером, групповая тактика.

Тема 5.1 Передачи шайбы на месте с «удобной» и «неудобной» стороны.

Теория: Понятие о передаче шайбы партнеру, «удобной» и «неудобной» стороне пера клюшки, правила игры в хоккей. Функции передач шайбы с «удобной» и «неудобной» стороны.

Практика: Освоение техники взаимодействия с партнером в парах, передачи на месте и в движении, с «удобной» и «неудобной» стороны. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 5.2 Передачи шайбы в парах, обманные передачи.

Теория: Понятие о передаче шайбы партнеру, «удобной» и «неудобной» стороне пера клюшки, обманных передачах, правила игры в хоккей. Функции передачи шайбы партнеру, обманных передач в хоккее.

Практика: Освоение техники взаимодействия с партнером в парах, передачи на месте и в движении, с «удобной» и «неудобной» стороны, обманные передачи. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 5.3 Ситуации: 1 в 1, 2 в 1.

Теория: Понятие о ситуации 1 в 1, 2 в 1, правила игры в хоккей. Функции ситуаций 1 в 1, 2 в 1.

Практика: Освоение способов создания ситуации 1 в 1, 2 в 1, продольно-диагональный пас, чтение игры. Упражнения на ситуации 1 в 1, 2 в 1. Эстафеты, подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 5.4 Выходы из своей зоны.

Теория: Понятие о выходе из своей зоны, правила игры в хоккей. Функции выхода из своей зоны.

Практика: Освоение способов выхода из своей зоны через пас. Упражнения на выход из своей зоны. Подвижные игры с элементами спортивных.

Тема 5.5 Зонная оборона.

Теория: Понятие о зонной обороне, правила игры в хоккей. Функции зонной обороны.

Практика: Освоение тактики зонной обороны. Упражнения на тактику зонной обороны. Подвижные игры с элементами спортивных. Односторонняя игра в хоккей.

Тема 5.6 Групповая тактика нападения.

Теория: Понятие о групповой тактике нападения, правилах игры в хоккей.

Функции групповой тактики нападения.

Практика: Освоение групповой тактики нападения: взаимодействие с партнером в парах, смена мест, «скрест», вход в зону вбрасыванием шайбы, ведением шайбы. Подвижные игры с элементами спортивных.

Двухсторонняя игра в хоккей.

Тема 5.7 Групповая тактика в обороне.

Теория: Понятие о групповой тактике в обороне, правилах игры в хоккей.

Функции групповой тактики в обороне.

Практика: Освоение групповой тактики в обороне: персональная и групповая опека игроков команды соперника, расстановка игроков на вбрасывании. Подвижные игры с элементами спортивных. Двухсторонняя игра в хоккей.

Направленность индивидуальных занятий в малых группах до 4 человек определяется исходя из усвоения материала учебного (тематического) плана занимающимися. Группы до 4 человек формируются исходя из общности слабых мест в усвоении материала у занимающихся по ДОП.

Формы аттестации/контроля

Первые два года обучения по ДОП проходят без участия в соревнованиях, только в однодневных турнирах 3х3. Третий и четвертый год проходит с участием в областном этапе Всероссийского турнира юных хоккеистов «Золотая шайба» имени А.В. Тарасова в составе команды по хоккею спортивного центра (г. Екатеринбург) филиала ФАУ МО РФ ЦСКА (ЦСК ВВС, г. Самара), сформированной из спортивно-оздоровительных групп.

Задачи вовлечения в систему регулярных занятий, формирования устойчивого интереса к занятиям спортом и хоккеем и воспитания у юных спортсменов моральной устойчивости достигаются автоматически при прохождении воспитанниками подготовки по данной ДОП.

Остальные задачи ДОП достигаются в ходе освоения теории и практики последовательных модулей. Каждый модуль включает в себя контрольные занятия, 52 недели в году, 216 часов занятий в год из них минимум 8 часов контрольных занятий/соревновательной деятельности, (всего 216 часов занятий в год/на модуль). На контрольных занятиях проводятся тесты, замеряющие время выполнения упражнения, оценивающие качество

выполнения упражнения, по каждому разделу и теме модуля. Контрольные занятия проводятся согласно рабочим планам-конспектам контрольных занятий Национальной программы подготовки хоккеистов (НППХ) «Красная машина».

Контроль над подготовленностью хоккеистов является составной частью тренировочного процесса. Объективная информация об уровне подготовленности хоккеистов позволяет тренеру вносить соответствующие корректировки в тренировочный процесс.

Федерация хоккея России подготовила рекомендации по методике проведения контрольных мероприятий для зачисления хоккеистов на различные этапы спортивной подготовки. Методические рекомендации имеют целью определить порядок выполнения нормативов в соответствии с Федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «хоккей» (приказ Минспорта России от 15.05.2019 №373).

В завершении данной ДОП воспитанники должны быть готовы к зачислению в группы на учебно-тренировочный этап начального уровня подготовки по виду спорта хоккей, поэтому на выпуске, (по завершению четвертого модуля/года обучения), сдают те же нормативы, что и для зачисления в группы на учебно-тренировочном этапе подготовки первого года, (Приложение 1).

Планируемые результаты освоения ДОП

Метапредметные результаты освоения ДОП

В результате прохождения обучения по дополнительной общеобразовательной программе физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» занимающиеся освоят межпредметные понятия и универсальные учебные действия, регулятивные — построение, разминка, заминка; познавательные — навык слушать педагога, выполнять показанные технические действия, упражнения; коммуникативные — общение с другими учащимися, педагогами по средством освоения групповой тактики нападения и в обороне.

Занимающиеся дети, освоившие данную ДОП смогут использовать полученные межпредметные понятия и навыки в учебной, познавательной и социальной практике.

Личностные результаты освоения ДОП

Личностными результатами освоения учащимися содержания программы являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Предметные результаты освоения ДОП

В результате освоения учебного материала, с помощью системы планового, непрерывного тренировочного процесса, направленного на применение технических и тактических действий и преобразования полученных знаний в навыки, умения и способности, обучающиеся по дополнительной общеобразовательной программе физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» научатся кататься на хоккейных коньках, контролировать и вести шайбу, бросать шайбу по воротам, строить свою индивидуальную тактику, тактически и технически грамотно взаимодействовать с партнерами во время игры в хоккей.

Результативность ДОП определяется в ходе товарищеских встреч, турниров 3х3, соревнований на призы клуба юных хоккеистов «Золотая шайба» имени А.В. Тарасова в сравнении уровня подготовки воспитанников с уровнем подготовки юных хоккеистов других хоккейных команд.

Оценочные материалы ДОП

Практические навыки воспитанников, проходящих обучение по дополнительной общеобразовательной программе физкультурно-спортивной направленности «Хоккей с шайбой» оцениваются согласно практическому руководству для тренеров Национальной программы подготовки хоккеистов (НППХ) «Красная машина», ФХР, ссылка приведена в списке использованной литературы.

Модуль 1 — «Шайба» — оценивается согласно практическому руководству для тренеров возрастных групп «8 лет и младше».

Модуль 2 — «Шайба+ворота» — оценивается согласно контрольным занятиям и их содержанию из практического руководства для тренеров возрастных групп «10 лет и младше».

Модуль 3 — «Шайба+ворота+соперник» — оценивается по материалам практического руководства для тренеров возрастных групп «11 лет и младше» НППХ «Красная машина».

Модуль 4 — «Шайба+ворота+соперник+партнер» — оценивается по материалам практического руководства для тренеров возрастных групп «12 лет и младше» Национальной программы подготовки хоккеистов «Красная машина» Федерации хоккея России.

Показатели полезности при оценке соревновательной деятельности.

Индивидуальная тактика в обороне: относительное количество ускорений за игру, количество отборов шайбы.

Групповая тактика в обороне: относительное и абсолютное количество передач за игру, за смену, количество успешно реализованных выходов из зоны.

Групповая тактика нападения: по системе «гол+пас», количество созданных ситуаций 1 в 1, 2 в 1.

Методическое обеспечение ДОП

Педагогический процесс по данной ДОП характеризуется как целостный учебно-воспитательный процесс в единстве и взаимосвязи воспитания и обучения, совместной деятельностью, сотрудничеством и сотворчеством

педагогов и воспитанников, способствует наиболее полному развитию и самореализации личности. Виды занятий: теоретические, практические, направленные на освоение теории и практики согласно разделов и тем каждого модуля ДОП; контрольные — направленные на тестирование освоенных навыков и умений обучающихся по ДОП. Наиболее употребляемые формы занятий — групповые, также применяются индивидуальные формы сопровождения. Наиболее употребляемые методы проведения занятий — рассказ (беседа на тему) и показ, в том числе с применением тематических видео роликов, примеров мастеров во время тренировок и матчей.

ДОП обеспечивается методическими видами продукции необходимыми для ее реализации: НППХ «Красная машина», философия и базовые принципы, национальная программа спортивной подготовки по виду спорта «хоккей», практическое руководство для тренеров, планы-конспекты тренировочных (контрольных) занятий — размещены в общем доступе на сайте Федерации хоккея России в разделе «Хоккей России», подраздел «Теория и методика»; а также федеральный стандарт спортивной подготовки и федеральный государственный образовательный стандарт.

Для проведения тематических бесед, показа с применением видео роликов, используются видео расположенные в открытом доступе видео с показом упражнений, примеров техники выполнения мастерами во время тренировок и игр хостинга YouTube, официальных каналов ведущих хоккейных блогеров, федерации хоккея России (RedMachine).

Материально техническое обеспечение ДОП

Занятия проводятся в зимнее время на открытом хоккейном корте, расположенном у здания начальной школы МБОУ «СОШ № 3» п. Арамиль по адресу: ул. Станционная, 11а, в летнее, весенне-осеннее время на открытой баскетбольной площадке, футбольном поле МБОУ «СОШ № 3» п. Арамиль по адресу: ул. Станционная, 1Е, а также в бросковой зоне тренажерного зала (тира) МБОУ «СОШ № 3» п. Арамиль. Выездные занятия могут проводиться на лыжной базе спортивного центра (г. Екатеринбург) филиала ФАУ МО РФ ЦСКА (ЦСК ВВС, г. Самара) по адресу: г. Екатеринбург, ул. Щербакова, 145, а также на хоккейном корте МАУ Центр «Созвездие» администрации Арамильского городского округа, расположенном по адресу: г. Арамиль, ул. Рабочая, 120-А-1. Выездные

турниры и соревновательные игры, в том числе товарищеские матчи проводятся по договоренности, на территории принимающей стороны.

Необходимое оборудование: тренажер «Мастер-пас» 4 шт., тренажер паса «Отбойник» 4 шт., макет вратаря, 2 шт., имитатор игрока, 4 шт., тренажер дриблинга «Змейка», 4 шт., синтетический лед 40 м², ворота хоккейные детские 2 шт., ворота хоккейные стандартные, 2 шт., мишени для ворот хоккейных, 2 комплекта, сачок-уловитель шайбы на стойке, 6 шт., ворота хоккейные для турниров 3х3 с нижней перекладиной, 6 шт., бортики мягкие большие, 10 штук в комплекте, бортики мягкие малые, 10 штук в комплекте, индукционные лампы для отработки реакции, 1 комплект, фишки для обводки 1 комплект, 50 шт., конусы и перекладины 10 комплектов, телевизор с подключением к WiFi, ноутбук, принтер, сканер.

Необходимый спортивный инвентарь: клюшки 40 штук (правый хват 10, левый хват 30), шайбы облегченные 50 штук, шайбы стандартные 50 штук, шайбы для работы вне льда 50 штук, лента для обмотки клюшки 50 штук на 1 сезон, свисток судейский 4 шт., секундомер 4 шт., табло судейское для соревнований 1 шт., радар измеритель скорости полета шайбы 2 шт.

Необходимая спортивная экипировка: коньки хоккейные детские 60 пар, коньки хоккейные роликовые детские 60 пар, защитная экипировка хоккейная детская 60 комплектов: (защита голени, коленей, локтей, шеи, паха, груди и спины, головы (шлем)) тренировочные хоккейные майки 60 шт., игровые свитеры домашние 60 штук, игровые свитеры гостевые 60 шт., шорты хоккейные детские 60 шт., гамаша хоккейные игровые детские 60 шт., гамаша хоккейные детские тренировочные 60 шт., краги хоккейные детские 60 пар., футболки 60 шт., шорты 60 шт., кроссовки для зала 60 пар, экипировка педагогов: 4 спортивных костюма зимних, 4 костюма для занятий в зале.

Раздаточные материалы: экзаменационные карты по теории на каждый модуль, изготавливаются самостоятельно педагогом с помощью распечатки скриншотов игровых ситуаций и вопросов к ним.

Список использованной литературы

Законодательство и нормативно-правовое обеспечение

1. О физической культуре и спорте в Российской Федерации [Электронный ресурс]: Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 27.12.2018) // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).
2. Об образовании в Российской Федерации [Электронный ресурс]: Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 01.05.2019) // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).
3. Об утверждении концепции подготовки спортивного резерва в Российской Федерации до 2025 года и плана мероприятий по ее реализации [Электронный ресурс]: Распоряжение Правительства Российской Федерации от 17 октября 2018 г. № 2245-р // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).
4. Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие физической культуры и спорта» [Электронный ресурс]: Постановление от 15 апреля 2014 г. № 302 // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).
5. Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам [Электронный ресурс]: Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 № 196 // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).
6. Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура [Электронный ресурс]: Приказ Минобрнауки России от 11.08.2014 № 976 // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).

7. О плане мероприятий по реализации стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года [Электронный ресурс]: Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 14 октября 2009 г. № 905 // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).
8. Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 12.09.2013 № 731 // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).
9. О внесении изменений в порядок приема на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам в области физической культуры и спорта, утвержденный приказом Минспорта от 12.09.2013 № 731 [Электронный ресурс]: Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 07.03.2019 № 187 // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).
10. Об утверждении общероссийских антидопинговых правил [Электронный ресурс]: Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 9 августа 2016 г. № 947 // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).
11. О внесении изменений в Приказ Минспорта России от 29.04.2015 № 464 «Об утверждении порядка ведения системы учета данных о спортсменах, занимающихся видом спорта, развиваемым соответствующей общероссийской спортивной федерацией, и выдачи документов, удостоверяющих принадлежность к физкультурно-спортивной или иной организации и спортивную квалификацию спортсменов» [Электронный ресурс]: Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 30 ноября 2017 г. № 1035 // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).
12. Об утверждении перечня иных специалистов в области физической культуры и спорта в Российской Федерации и перечня специалистов в области физической культуры и спорта, входящих в составы спортивных сборных команд Российской Федерации [Электронный ресурс]: Приказ Минспорттуризма России от 16.04.2012 № 347 // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).

13. Об утверждении федеральных государственных требований к минимуму содержания, структуре, условиям реализации дополнительных предпрофессиональных программ в области физической культуры и спорта и к срокам обучения по этим программам [Электронный ресурс]: Приказ Минспорта России от 15.11.2018 № 939 // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).
14. Об утверждении примерной формы договора оказания услуг по спортивной подготовке [Электронный ресурс]: Приказ Минспорта России от 16.08.2013 № 637 // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).
15. Об утверждении особенностей организации и осуществления образовательной, тренировочной и методической деятельности в области физической культуры и спорта [Электронный ресурс]: Приказ Минспорта России от 27.12.2013 № 1125 // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).
16. Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации [Электронный ресурс]: Приказ Минспорта России от 30.10.2015 № 999 // КонсультантПлюс. — URL: <http://www.consultant.ru> (дата обращения: 11.10.2019).

Теория и методика спортивной тренировки

1. Бомпа, Т. Периодизация спортивной тренировки [Текст] / К. А. Буццичелли, пер. : М. Прокопьева. — [3 — е изд.]. — М. : Спорт, 2016. — 385 с.
2. Григорьева, И. И. Образование и спортивная подготовка: процессы модернизации. Вопросы и ответы. Ч. I. Организация тренировочного процесса [Текст] / Д. Н. Черноног, ред.: Ю. Д. Нагорных, И. И. Григорьева. — М. : Спорт, 2016. — 297 с.
3. Верхошанский, Ю. В. Основы специальной силовой подготовки в спорте [Текст] : монография / Ю. В. Верхошанский. — 3 — е изд. — М. : Советский спорт, 2013. — 214 с.
4. Занковец, В. Э. Энциклопедия тестирований: монография [Текст] / В. Э. Занковец. — М. : Спорт, 2016. — 457 с.
5. Иссурин, В. Б. Координационные способности спортсменов [Текст] / В. Б. Иссурин. — М. : Спорт, 2019. — 208 с.

6. Иссурин, В. Б. Подготовка спортсменов XXI века. Научные основы и построение тренировки [Текст] / В. Б. Иссурин. — М. : Спорт, 2016. — 464 с.
7. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика физической культуры [Текст] / Ю. Ф. Курамшин. — М. : Советский спорт, 2010. — 320 с.
8. Лях, В. И. Развитие координационных способностей у дошкольников [Текст] / В. И. Лях. — М. : Спорт, 2019. — 128 с.
9. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры [Текст] / Л. П. Матвеев. — М. : ФиС, 1991. — 543 с.
10. Платонов, В. Н. Двигательные качества и физическая подготовка спортсменов: монография [Текст] / В. Н. Платонов. — М. : Спорт, 2019. — 656 с.
11. Команов, В. В. Резервы тренерского мастерства [Текст] / В. В. Команов. — М. : Спорт: Человек, 2017. — 144 с.
12. Якимов, А. М. Основы тренерского мастерства: учеб. пособие [Текст] / А. М. Якимов. — 2 — е изд. — М. : Спорт, 2015. — 177 с.

Теория и методика спортивной тренировки в хоккее

1. Азбука хоккея — ABC [Текст] / Федерация хоккея Республики Беларусь; Федерация хоккея Швеции. — Минск. : Беларус. Энцикл. Імя П. Броўкі, 2011. — 360 с.
2. Горский, Л. Игра хоккейного вратаря [Текст] / Л. Горский. — М. : Физкультура и спорт, 1974. — 143 с.
3. Горский, Л. Тренировка хоккеистов [Текст] / Л. Горский. — М. : Физкультура и спорт, 1981. — 224 с.
4. Букатин, А. Ю. Контроль за подготовленностью хоккеистов различных возрастных групп (включая отбор) [Текст] / А. Ю. Букатин. — М. : Федерация хоккея России, 1997. — 24 с.
5. Букатин, А. Ю. Хоккей [Текст] / А. Ю. Букатин, Ю. С. Лукашин. — М. : Физкультура и спорт, 2000. — 182 с.
6. Букатин, А. Ю. Я учусь играть в хоккей: Энциклопедия юного хоккеиста [Текст] / А. Ю. Букатин, Ю. С. Лукашин. — М. : Лабиринт Пресс, 2004. — 352 с.
7. Вестник Федерации хоккея России [Текст] / под ред. Н. Н. Урюпина, А. Ю. Букатина, Д. В. Полянчикова. — М. : Человек, 2015. — 96 с.

8. Вестник Федерации хоккея России № 2 [Текст] / подред. Н. Н. Урюпина, А. Ю. Букатина, Д. В. Полянчикова. — М. : Человек, 2015. — 80 с.
9. Вестник Федерации хоккея России № 3 [Текст] / подред. Н. Н. Урюпина, А. Ю. Букатина, Д. В. Полянчикова. — М. : Человек, 2015. — 88 с.
10. Вестник Федерации хоккея России № 4 [Текст]/подред. Н. Н. Урюпина, А. Ю. Букатина, Д. В. Полянчикова [Текст]. — М. : Человек, 2015. — 80 с.
11. Волков, В. С. Подготовка вратарей. Этап специализации (12 — 16 лет) : учеб.пособие [Текст]/В. С. Волоков,К. В. Кореньков,В. С. Зубков. — НГУ им. П. Ф. Лесгафта,Санкт — Петербург. — СПб. : [б. и.], 2014. — 140 с.
12. Ишматов, Р. Г. Построение учебно-тренировочного процесса для хоккеистов различной квалификации: учеб.пособие [Текст]/ Р. Г. Ишматов, В. В. Шилов. — НГУ им.П. Ф. Лесгафта, Санкт — Петербург. — СПб. : [б. и.],2011. — 220 с.
13. Ишматов, Р. Г. Тактическая подготовка хоккеистов. Теория и методика избранного вида спорта (хоккей) : учеб.пособие [Текст]/ Р. Г. Ишматов. — НГУ им.П. Ф. Лесгафта, Санкт — Петербург. — СПб. : [б. и.],2014. — 144 с.
14. Колосков, В. И. Подготовка хоккеистов: техника,тактика [Текст]/ В. И. Колосков, В. П. Климин. — М. :Физкультура и спорт, 1981. — 200 с.
15. Климин, В. П. Управление подготовкой хоккеистов[Текст]/ В. П. Климин, В. И. Колосков. — М. :Физкультура и спорт, 1982. — 271 с.
16. Курамшин, Ю. Ф. Теория и методика избранного вида спорта (хоккей): Отбор в хоккее: учеб.пособие[Текст]/ Ю. Ф. Курамшин, Л. В. Михно. — НГУ им.П. Ф. Лесгафта, Санкт — Петербург. — СПб. : [б. и.],2013. — 175 с.
17. Михно, Л. В. Игра в хоккей в условиях современного общества: мотивация юных хоккеистов и их родителей: учеб.пособие [Текст]/ Л. В. Михно, Е. В. Утишева.— Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта,Санкт — Петербург. — СПб., — 2016. — 147 с.
18. Михно, Л. В. Теория и методика подготовки юных хоккеистов: учебник для тренеров / Л. В. Михно,Ю. Ф. Курамшин, В. В. Филатов, Р. Г. Ишматов и другие/под ред. Л. В. Михно. — СПб. 2017. — 616 с.
19. Национальная программа подготовки хоккеистов: философия и базовые принципы / Красная Машина [Электронный ресурс]. — М. : Просвещение, 2018. — 60 с. — Режим доступа: https://fhr.ru/upload/iblock/3d3/2018.Filosofiya_i_bazovye_printsipy.pdf(дата обращения 04.04.2020).

20. Никонов, Ю. В. Игра и подготовка хоккейного вратаря [Текст] / Ю. В. Никонов. — Минск: «Полымя», 1999. — 272 с.
21. Никонов, Ю. В. Подготовка юных хоккеистов: учеб. пособие [Текст] / Ю. В. Никонов. — Минск: Асар, 2008. — 320 с.
22. Никонов, В. А. Физическая подготовка хоккеистов: методическое пособие / Ю. В. Никонов. — Минск: Витпостер, 2014. — 576 с.
23. Планы — конспекты тренировочных занятий. Возрастная группа «10 и младше» [Электронный ресурс]. — М. : Просвещение, 2018. — 28 с. — Режим доступа:
https://fhr.ru/upload/iblock/7b1/2018. Plany_konspekty_trenirovochnykh_zanyatiy_Vozrastnaya_gruppa_10 лет_i_mladshe.pdf (дата обращения 04.04.2020).
24. Планы — конспекты тренировочных занятий. Возрастная группа «8 и младше» [Электронный ресурс]. — М.: Просвещение, 2018. — 28 с.— Режим доступа:
https://fhr.ru/upload/iblock/b67/2018. Plany_konspekty_trenirovochnykh_zanyatiy_Vozrastnaya_gruppa_8 лет_i_mladshe.pdf (дата обращения 04.04.2020).
25. Практическое руководство для тренеров. Возрастная группа «10 и младше» [Электронный ресурс]. — М. :Просвещение, 2018. — 31 с.— Режим доступа:
https://fhr.ru/upload/iblock/72f/2018. Prakticheskoe_rukovodstvo_dlya_trenеров_Vozrastnaya_gruppa_10 лет_i_mladshe.pdf (дата обращения 04.04.2020).
26. Практическое руководство для тренеров. Возрастная группа «8 и младше» [Электронный ресурс]. — М.: Просвещение, 2018. — 30 с. : ил. — Режим доступа:
https://fhr.ru/upload/iblock/fe1/2018. Prakticheskoe_rukovodstvo_dlya_trenеров_Vozrastnaya_gruppa_8 лет_i_mladshe.pdf (дата обращения 04.04.2020).
27. Примерный учебный план тренировочных занятий на льду. Возрастная группа «8 и младше». — М. : Просвещение, 2018. — 1 с. — Режим доступа:
https://fhr.ru/upload/iblock/c7e/2018. Primernyy_uchebnyy_plan_trenirovochnykh_zanyatiy_na_ldu_Vozrastnaya_gruppa_8 лет_i_mladshe.pdf (дата обращения 04.04.2020).
28. Примерный учебный план тренировочных занятий на льду. Возрастная группа «6 и младше». — М. :Просвещение, 2018. — 1 с. — Режим доступа:
https://fhr.ru/upload/iblock/02e/2019. Primernyy_uchebnyy_plan_trenirovochnykh_zanyatiy_na_ldu_Vozrastnaya_gruppa_6 лет.pdf (дата обращения 04.04.2020).

29. Пучков, Н. Г. Воспитание индивидуального мастерства [Текст] / Н. Г. Пучков. — СПб. : «Издательский Дом «Нева», 2002. — 287 с.
30. Справочник работника физической культуры и спорта [Электронный ресурс] : [норматив. правовые и программно — метод. документы, практ. опыт, рекомендации] / А. В. Царик. — 5 — е изд., доп. и испр. — М.: Спорт, 2018. — 1144 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/682611> (дата обращения 04.04.2020).
31. Савин, В. П. Особенности подготовки юных вратарей в хоккее: учеб. Пособие [Текст] / В. П. Савин, В. Г. Удилов, В. В. Крутских. — М. : Редакционно — издательский отдел РГАФК, 2002. — 62 с.
32. Савин, В. П. Теория и методика хоккея: Учебник для студ. высш. учеб. Заведений [Текст] / В. П. Савин. — М. : Издательский центр «Академия», 2003. — 400 с.
33. Учимся играть в хоккей. Практическое руководство для тренеров. Программа ИИХФ. Ч. 1. Ступень А; Ч. 2. Ступень В; Ч. 3. Ступень С; Ч. 4. Ступень D [комплект] [Электронный ресурс] / ред.: Ю. В. Королев, пер.: Л. А. Зарахович. — М. : Человек, 2012. — 348 с. Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/641346> (дата обращения 04.04.2020).
34. Ходкевич, В. А. Подвижные игры при подготовке юных вратарей в хоккее с мячом: учеб. пособие [Электронный ресурс] / В. А. Ходкевич. — Хабаровск: ДВ-ГАФК, 2013. — 96 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/284513> (дата обращения 04.04.2020).

Медико-биологическое обеспечение спортивной подготовки хоккеистов

1. Гаврилова, Е. А. Спорт, стресс, вариабельность: монография [Текст] / Е. А. Гаврилова. — М. : Спорт, 2015. — 169 с.
2. Граевская, Н. Д. Спортивная медицина. Курс лекций и практические занятия: учеб. пособие [Текст] / Т. И. Долматова, Н. Д. Граевская. — М. : Спорт: Человек, 2018. — 712 с.
3. Детская спортивная медицина: учеб. пособие [Текст] / под ред. : Т. Г. Авдеева, И. И. Бахрах. — 4-е изд., испр. и доп. — Ростов н/Д: Феникс, 2007. — 320 с.
4. Дмитриев, А. В. Спортивная нутрициология: монография [Текст] / А. В. Дмитриев, Л. М. Гунина. — М. : Спорт, 2020. — 640 с.

5. Иорданская, Ф. А. Мужчина и женщина в спорте высших достижений: проблемы полового диморфизма: монография [Текст] / Ф. А. Иорданская. — М. : Спорт, 2020. — 272 с.
6. Кулиненко, О. С. Биохимия в практике спорта [Текст] / О. С. Кулиненко, И. А. Лапшин, — 2-е изд., стер. — М. : Спорт, 2019. — 184 с.
7. Кулиненко, О. С. Медицина спорта высших достижений [Фармакология, психология, физиотерапия, диета, биохимия, восстановление: монография [Текст] / О. С. Кулиненко. — М. : Спорт, 2016. — 321 с.
8. Кулиненко, О. С. Физиотерапия в практике спорта [Текст] / О. С. Кулиненко, Н. Е. Гречина, Д. О. Кулиненко. — М. : Спорт, 2017. — 257 с.
9. Макарова, Г. А. Оптимизация постнагрузочного восстановления спортсменов (методология и частные технологии) [Текст] / Г. А. Макарова. — М. : Спорт, 2017. — 161 с.
10. Медико-биологическое обеспечение подготовки хоккеистов: монография [Текст] / Л. М. Гунина [и др.] — 2-е изд., перераб. и доп. — М. : Спорт, 2020. — 360 с.
11. Медико-биологические термины в спорте: словарь-справочник / под ред. : А. В. Дмитриев. — М. : Спорт, 2019. — 336 с.
12. Миллер, Л. Л. Спортивная медицина: учеб. пособие [Текст] / Нац. гос. ун — т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Л. Л. Миллер. — М. : Человек, 2015. — 185 с.
13. Ландырь, А. П. Мониторинг частоты сердечных сокращений в управлении тренировочным процессом в физической культуре и спорте учеб. пособие [Текст] / А. П. Ландырь, Е. Е. Ачкасов. — М. : Спорт: Человек, 2018. — 240 с.
14. Ландырь, А. П. Тесты с дозируемой физической нагрузкой в спортивной медицине [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А. П. Ландырь, Е. Е. Ачкасов, И. Б. Медведев. — М. : Спорт: Человек, 2019. — 256 с.
15. Ландырь, А. П. Электрокардиограмма спортсмена: монография [Текст] / А. П. Ландырь, Е. Е. Ачкасов. — М. : Спорт: Человек, 2019. — 320 с.
16. Песков, А. Н. Проблемы борьбы с допингом в спорте: монография [Текст] / под ред. А. Н. Песков. — М. : Проспект, 2016. — 129 с.
17. Порядок организации оказания медицинской помощи занимающимся физической культурой и спортом [Электронный ресурс] / М — во здравоохранения Рос. Федерации. — М. : Спорт, 2017. — 109 с. — (Библиотечка спортивного врача и психолога). — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/641250> (дата обращения 04.04.2020).

18. Руководство по медико-биологическому сопровождению подготовки в детско-юношеском хоккее [Текст] /И. В. Левшин [и др.]. — М. : Спорт, 2016. — 153 с.
19. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная [Текст] /А. С. Солодков Е. Б. Сологуб. — 8 — е изд. — М. : Спорт, 2018. — 624 с.
20. Спортивная медицина: национальное руководство [Текст] / под ред. : С. П. Миронова, Б. А. Поляева, Г. А. Макаровой. — М. : ГЭОТАР-Медиа, 2012. — 1184 с.
21. Спортивная медицина: учеб. пособие [Текст] /под ред. В. А. Епифанова. — М. : ГЭОТАР-Медиа, 2006. — 336 с.
22. Физиология спорта: медико-биологические основы подготовки юных хоккеистов: учеб. пособие / Л. В. Михно [и др.]. — Нац. гос. ун — т физ. культуры, спорта и здоровья им. П. Ф. Лесгафта, Высш. школа тренеров по хоккею. — 2 — е изд., испр. и доп. — М. : Спорт, 2016. — 169 с.
23. Фудин, Н. А. Медико-биологические технологии в физической культуре и спорте: монография [Текст] /Н. А. Фудин [и др.]. — М. : Спорт: Человек, 2018. — 320 с.

Антидопинговое обеспечение спортивной подготовки хоккеистов

1. Андриянова, Е. Ю. Основы антидопингового обеспечения: учеб. пособие [Текст] / Е. Ю. Андриянова. — Великие Луки: Великолукская государственная академия физической культуры и спорта, 2017. — 73 с.
2. Основы антидопингового обеспечения спорта: учеб. пособие [Текст] / под ред. : Э. Н. Безуглов, Е. Е. Ачкасов. — М. : Спорт: Человек, 2019. — 288 с.

Научно-методическое обеспечение спортивной подготовки

1. Боуш, Г. Д. Методология научных исследований (в курсовых и выпускных квалификационных работах): учебник [Текст] / Г. Д. Боуш, В. И. Разумов. — Москва: ИНФРА-М, 2019. — 210 с.
2. Губа, В. П. Теория и методика современных спортивных исследований: монография [Текст] / В. П. Губа, В. В. Маринич. — М. : Спорт, 2016. — 233 с.
3. Губа, В. П. Методы математической обработки результатов спортивно — педагогических исследований: учеб. пособие [Текст] / В. П. Губа, В. В. Пресняков. — М.: Человек, 2015. — 289 с.

4. Научное обоснование современной системы отбора и подготовки спортсменов в олимпийском спорте (на примере футбола и хоккея) : монография (2 — е издание)[Текст] / В. И. Шапошникова, М. А. Рубин, Л. В. Михно. — СПб. — 2018. — 150 с
5. Неверкович, С. Д. Интерактивные технологии подготовки кадров в сфере физической культуры [Текст] / Неверкович [и др.]. — М. : Спорт: Человек, 2018. — 288 с.
6. Никитушкин, В. Г. Основы научно-методической деятельности в области физической культуры и спорта: учебник [Текст] / В. Г. Никитушкин. — М. : Советский спорт, 2013. — 280 с.

Спортивный отбор

1. Губа, В. П. Основы спортивной подготовки: методы оценки и прогнозирования (морфобиомеханический подход) [Текст] / В. П. Губа. — М. : Советский спорт, 2012. — 384 с.
2. Иссурин, В. Б. Спортивный талант: прогноз и реализация: монография [Текст] / В. Б. Иссурин. — М. : Спорт, 2017. — 240 с.
3. Кузьменко, Г. А. Концепция интеллектуального развития подростков в детско — юношеском спорте: монография [Текст] / Г. А. Кузьменко. — Москва: Московский педагогический государственный университет (МПГУ), 2017. — 212 с.
4. Павлова, Н. В. Отбор и ориентация юных хоккеистов в системе многолетней спортивной подготовки [Текст] / Н. В. Павлова, О. С. Антипова. — Омск: Изд — во СибГУФК, 2016. — 51 с.
5. Сергиенко, Л. П. Спортивный отбор: теория и практика: [монография] [Текст] / Л. П. Сергиенко. — М. : Советский спорт, 2013. — 1056 с.
6. Серова, Л. К. Профессиональный отбор в спорте: учеб. пособие [Текст] / Л. К. Серова. — М. : Человек, 2011. — 161 с.
7. Тимакова, Т. С. Факторы спортивного отбора, или Кто становится олимпийским чемпионом: [монография] [Текст] / Т. С. Тимакова. — М. : Спорт, 2018. — 288 с.

Психологическая подготовка

1. Довжик, Л. М. Психология спортивной травмы: монография [Текст] / Л. М. Довжик, К. А. Бочавер. — М. : Спорт, 2020. — 256 с.

2. Горбунов, Г. Д. Психопедагогика спорта: учеб. пособие [Текст]/ Г. Д. Горбунов. — 4-е изд., испр. и доп. — М. : Советский спорт, 2012. — 312 с.
3. Малкин, В. Спорт — это психология [Текст]/ В. Малкин, Л. Рогалева. — М. : Спорт, 2015. — 177 с.
4. Мельник, Е. В. 99 вопросов спортивному психологу от тренеров, родителей и спортсменов [Текст]/ Е. В. Мельник, В. Г. Сивицкий, Н. И. Боровская. — М. : Спорт:Человек, 2020. — 192 с.
5. Мысленная тренировка в психологической подготовке спортсмена: монография [Текст]/ А. Н. Веракса [и др.]. — М. : Спорт, 2016. — 209 с.
6. Полозов, А. А. Модули психологической структуры в спорте: монография [Текст]/ А. А. Полозов, Н. Н. Полозова. — М. : Советский спорт, 2009. — 148 с.
7. Радионов, А. В. Средства психологической регуляции в системе подготовки хоккеистов. Методическая разработка [Текст]/ А. В. Радионов. — М. : Федерация хоккея России, 1997. — 26 с.
8. Сафонов, В. К. Психология спортсмена: слагаемые успеха: [монография] [Текст]/ В. К. Сафонов. — М. : Спорт, 2017. — 288 с.
9. Тунис, М. Психология вратаря [Текст]/ М. Тунис. — М. : Человек, 2010. — 129 с.
10. Юров, И. А. Психофизиологические свойства спортсменов: учеб. пособие [Текст]/ И. А. Юров. — М.: РУСАЙНС, 2018. — 184 с.

Спортивный менеджмент

1. Алексеев, С. В. Правовые основы профессиональной деятельности в спорте: учебник [Текст]/ С. В. Алексеев. — 2 — е изд., испр. и доп. — М. : Спорт, 2017. — 672 с.
2. Алексеев, С. В. Спортивный менеджмент. Регулирование организации и проведения физкультурных и спортивных мероприятий: учебник [Текст]/ под ред.: П. В. Крашенинников, О. Е. Кутафина, С. В. Алексеев. — М. : ЮНИТИ — ДАНА, 2015. — 688 с.
3. Алтухов, С. Ивент — менеджмент в спорте. Управление спортивными мероприятиями: учеб. пособие [Текст]/ С. Алтухов. — М. : Советский спорт, 2013. — 208 с.

4. Михно, Л. В. Основы хоккейного менеджмента [Текст] / Л. В. Михно, Б. Н. Винокуров, А. Т. Марьянович. — СПб. : ООО «Издательство Деан», 2004 г. — 352 с.
5. Никитушкина, Н. Н. Управление методической деятельностью спортивной школы метод. пособие [Текст] / Н. Н. Никитушкина, И. А. Водяникова. — М. : Советский спорт, 2012. — 200 с.
6. Починкин, А. В. Менеджмент в сфере физической культуры и спорта: учеб. пособие [Текст] / А. В. Починкин. — М. : Спорт, 2017. — 385 с.
7. Профессиональные стандарты. Сб. 1: «Спортсмен», «Тренер», «Инструктор — методист» [Электронный ресурс]: документы и метод. материалы / И. И. Григорьева. — М. : Спорт, 2015. — 271 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/641258> (Дата обращения 04.04.2020).
8. Профессиональные стандарты. Сб. 3: «Специалист по антидопинговому обеспечению», «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря оборудования», «Сопровождающий инвалидов, лиц ограниченными возможностями здоровья и несовершеннолетних» [Электронный ресурс]: документы и метод. материалы / И. И. Григорьева, Д. Н. Черноног. — М. : Спорт, 2017. — 95 с. — Режим доступа: <https://rucont.ru/efd/641257> (Дата обращения 04.04.2020).

Тесты для зачисления в группы на учебно-тренировочном этапе
(первого года) подготовки по хоккею

Тест 1

Бег на 30 м с высокого старта. Определяет уровень скоростных качеств. Двое испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта, не наступая на нее. По сигналу оба бегут вперед и на полной скорости пересекают линию финиша. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

Тест 2

Прыжок в длину с места, отталкиваясь двумя ногами и приземляясь на обе ноги. Определяет уровень скоростно-силовых качеств мышц нижних конечностей. Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта, не наступая на нее, поставив ноги на ширину 15-20 см, несколько раз слегка сгибая ноги, делает махи руками вперед-назад, затем, выполняя мах руками вперед-вверх, совершает прыжок толчком двух ног вперед как можно дальше, приземляясь на обе ноги. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая. Измеряется расстояние от дальнего края стартовой линии до ближайшего места, где спортсмен коснулся пола.

Тест 3

Исходное положение — упор лежа. Сгибание и разгибание рук. Определяет силовые качества мышц верхнеплечевого пояса и рук. Испытуемый принимает положение упор лежа. Руки и тело выпрямлены. Из исходного положения согнуть руки (до 90°), грудью слегка коснуться пола, затем руки снова полностью выпрямить (и.п. — сгибание – разгибание – и.п.). Упражнение останавливается, когда испытуемый начинает выполнять задание с погрешностями (неполное выпрямление рук, неполное сгибание рук в локтевом суставе, выполнение упражнения с согнутой спиной).

Тест 4

Подтягивание на высокой перекладине. Тест направлен на оценку силовых качеств мышц плечевого пояса и рук. Из исходного положения — вис на перекладине хватом кистями рук сверху, ноги вместе. Выполняется путем сгибания и разгибания рук в локтевом и плечевом суставах, при этом при сгибании подбородок должен быть выше перекладины, а ноги прямые и вместе. Оценивается количество раз.

Тест 5

Бег 3000 метров — направлен на оценку общей выносливости. Оценивается время (мин).

Тест 6

Поднимание туловища — направлен на оценку скоростно-силовых качеств. Выполняется лежа на спине, ноги согнуты в коленях в упоре, руки за головой, локти сведены, до касания локтями бедер, за 60 секунд, оценивается количество раз.

Тест 7

Бег на коньках 36 м. Определяет уровень специальных скоростных качеств и техники катания лицом вперед. Двое испытуемых в высокой стойке становятся к линии старта так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу оба катятся вперед и на полной скорости пересекают линию финиша. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

Тест 8

Бег на коньках 36 м. спиной вперед. Определяет координационные способности, а также технику катания спиной вперед, выполняется аналогично тесту 7.

Тест 9

Бег на коньках челночный 6х9 м, (рис. 1). Определяет уровень специальных скоростно-силовых качеств и техники передвижения на коньках и торможений. Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу хоккеист катится вперед до отметки 9 м, где выполняет резкое торможение, таким образом необходимо преодолеть девятиметровый отрезок шесть раз. Торможения

выполняются поочередно правым и левым боком. Результат теста не засчитывается, если хоккеист, прежде чем двигаться в обратную сторону, не коснется коньком линии старта или противоположной линии и если он тормозит только одним боком.

Рис. 1



Тест 10

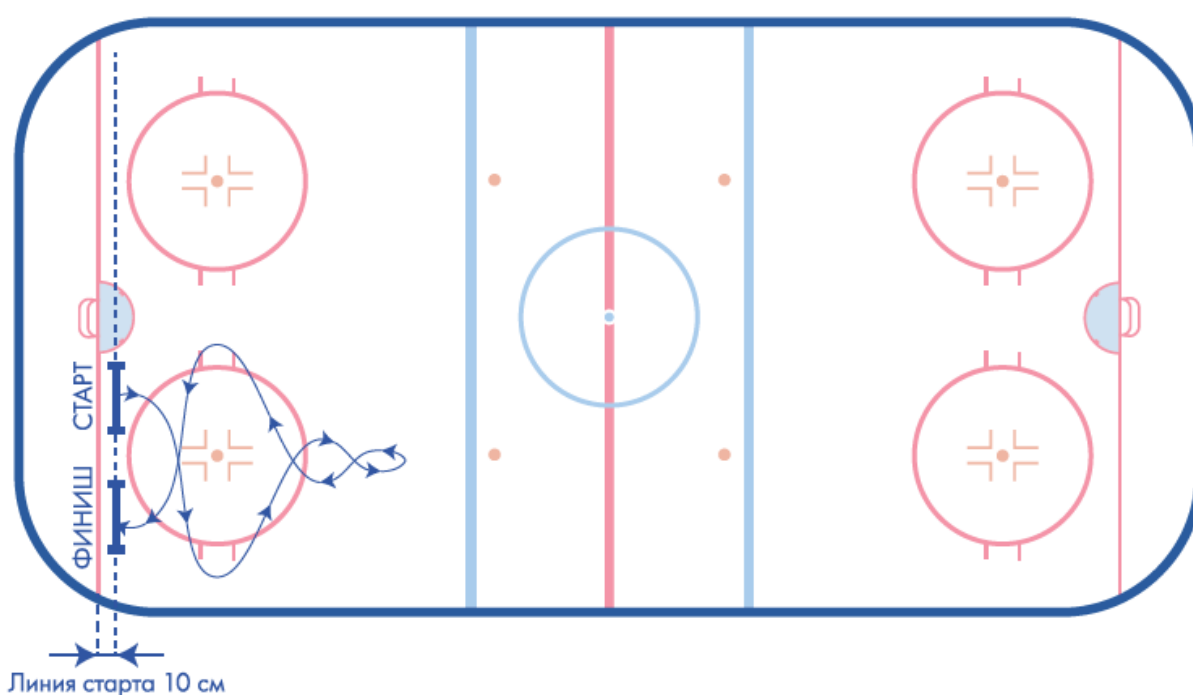
Челночный бег на коньках 12x18 м. Определяет уровень специальной выносливости, специальных скоростно-силовых качеств и техники торможения, изменения направления движения при катании. Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу хоккеист катится вперед до отметки 18 м, где выполняет резкое торможение, таким образом необходимо преодолеть восемнадцатиметровый отрезок двенадцать раз. Торможения выполняются поочередно правым и левым боком. Результат теста не засчитывается, если хоккеист, прежде чем двигаться в обратную сторону, не коснется коньком линии старта или противоположной линии и если он тормозит только одним боком.

Тест 11

Бег на коньках слаломный без шайбы, (рис. 2). Определяет уровень координационных способностей, техники маневренного катания. Испытуемый в высокой стойке становится к линии старта (расположена на

расстоянии 10 см от линии ворот по направлению к кругу вбрасывания) так, чтобы коньки и клюшка находились за ней. По сигналу хоккеист стартует и оббегает 5 стоек. Четыре стойки расположены по периметру круга вбрасывания, и одна – на расстоянии 17 м 36 см от линии старта, напротив верхней стойки, размещенной на круге вбрасывания. Таким образом, три стойки находятся на осевой линии, проходящей через точку вбрасывания, и по одной стойке справа и слева перпендикулярно осевой линии. Прежде чем дать старт, надо убедиться, что испытуемому известен маршрут, по которому он должен пройти. Выполняются две попытки. Учитывается лучшая.

Рис. 2



Тест 12

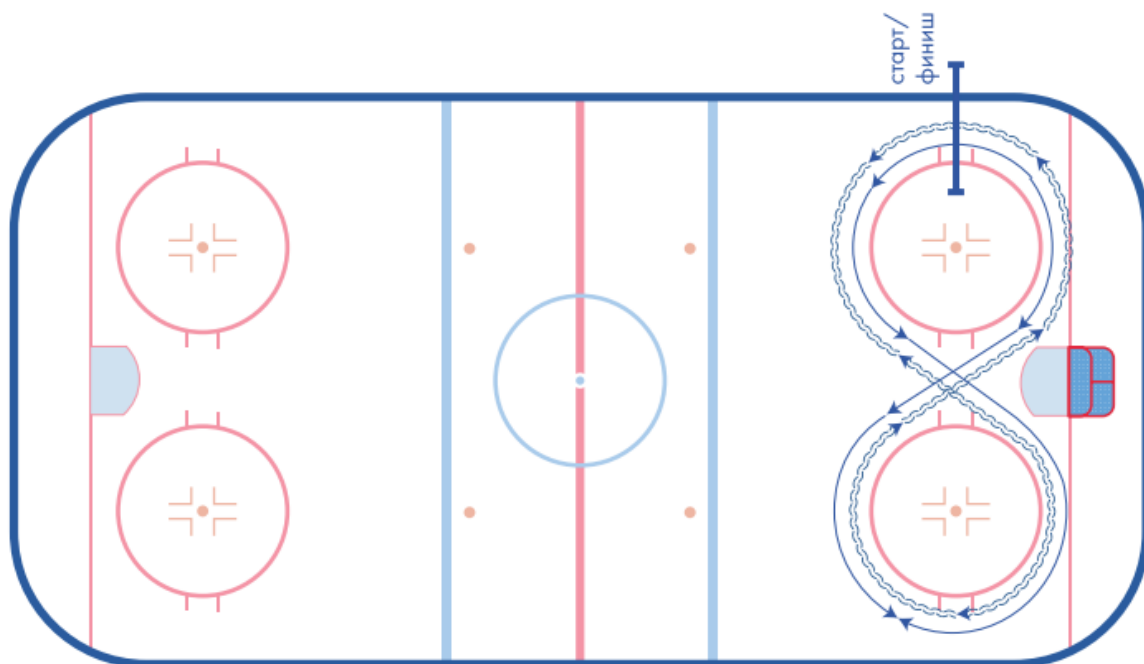
Бег на коньках слаломный с ведением шайбы, (рис. 2). Определяет уровень координационных способностей, техники маневренного катания и техники владения клюшкой. Тест выполняется так же, как и предыдущий, но с ведением шайбы. Даются две попытки. Учитывается лучшая. Для оценки техники владения клюшкой рекомендуется принимать во внимание разницу между выполнением упражнения с шайбой и без шайбы.

Тест 13

Бег на коньках «по малой восьмерке» лицом и спиной вперед, (рис. 3). Тест направлен на оценку техники передвижения на коньках и специальной

физической подготовленности. При выполнении теста хоккеист стартует с уса окружности крайней точки вбрасывания шайбы. Осуществляет бег по малой восьмерке лицом вперед, затем на стартовой отметке делает поворот на 180° и проходит восьмерку спиной вперед, финишируя на линии старта. Даются две попытки, оценивается время выполнения теста (сек) и техника передвижения.

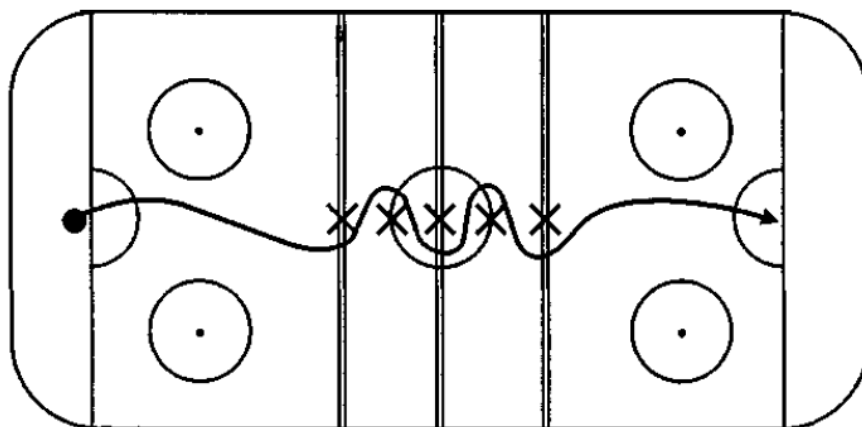
Рис. 3



Тест 14

Обводка пяти стоек с последующим броском в ворота, (рис. 4). Тест направлен на оценку техники ведения, обводки и завершающего броска шайбы в ворота и проводится следующим образом. Старт и ведение шайб с линии ворот, в средней зоне обводка пяти стоек, расположенных на прямой линии на расстоянии 4,5 м друг от друга. После обводки пятой стойки выполняется завершающий бросок в ворота, при этом шайба должна пересечь линию ворот надо льдом и в тот момент регистрируется время выполнения теста (сек). На выполнение теста даются две попытки.

Рис. 4



Тест 15

Броски шайбы в ворота с места в 7-ми метрах от ворот, разделенных на 4 квадрата. Оценивается техника, точность, сила и быстрота выполнения. Всего хоккеист выполняет 10 бросков, 6 из которых судобного хвата и 4 с неудобного. Оценивается в баллах — (одно попадание равно одному баллу) и времени (сек). Шайба, не попавшая в заданный квадрат, не засчитывается.

Точнее и более объективно можно оценить уровень технико-тактической подготовленности на основе педагогических наблюдений засоревновательной деятельностью хоккеистов с использованием четырехрядной шкалы оценок.