

**Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа муниципального образования
п. Михайловский»**

413540, Саратовская область, поселок Михайловский, ул. Михайловская, д. 35.
michailovskysport.ucoz.net

Рассмотрено на заседании
педагогического совета муниципального
учреждения дополнительного
образования
«Спортивная школа
муниципального образования
п. Михайловский»
№ 1 от «02» сентября 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор муниципального учреждения
дополнительного образования

«Спортивная школа
муниципального образования
п. Михайловский»

Л.А. Петрова

Приказ № 69 от «02» сентября 2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа по хоккею с шайбой**

Разработчик программы:

Разработчик программы:
тренер-преподаватель
Торнушенко Никита Сергеевич

Возраст учащихся: 6-8 лет

Срок реализации: 1 год

п. Михайловский

2024г.

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеразвивающей программы.

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Планируемые результаты
- 1.4. Способы определения результативности
- 1.5. Содержание программы

Раздел II. Комплекс организационно – педагогических условий

- 2.1. Методическое обеспечение программы
- 2.2. Материально-техническое обеспечение программы
- 2.3. Календарный учебный график
- 2.4. Оценочные материалы
- 2.5. Список литературы

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности на основе ранней специализации по хоккею имеет **ознакомительный уровень подготовки**. Представленная программа переработана в соответствии с нормативными документами и встроена в учебный процесс МУ ДО «Спортивная школа Муниципального образования п. Михайловский».

Хоккей – олимпийский вид спорта, командная спортивная игра на льду, заключающаяся в противоборстве двух команд, которые, передавая шайбу клюшками, стремятся забросить ее наибольшее количество раз в ворота соперника и не пропустить в свои. Игра проходит в высоком темпе и насыщена острыми, неожиданными, быстро сменяющимися ситуациями. Побеждает команда, забросившая наибольшее количество шайб в ворота соперника. Игра проходит на ледовой площадке размером 60 x 30 м с закругленными бортами высотой 1,22 м. Игроки перемещаются по ней на коньках. На матч заявляются 20-25 игроков от одной команды. Минимальное и максимальное количество игроков определяется регламентом турнира. Одновременно на поле со стороны одной команды должны находиться шесть игроков: пять полевых и один вратарь. Допускается замена вратаря на шестого полевого 4 игрока. Смены игроков возможны как в паузах во время остановки времени игры, так и непосредственно в ходе игры.

Актуальность программы

Актуальность программы обусловлена положительным оздоровительным эффектом, компенсацией недостаточной двигательной активности современных детей и подростков, формированием и совершенствованием двигательных умений и навыков наряду с оптимизацией развития физических качеств, совершенствованием функциональных возможностей организма и повышением работоспособности.

Отличительная особенность представленной программы от подобных программ по направлению состоит в том, что Программа адаптирована под имеющиеся материально-технические условия и предполагает проведение учебно-тренировочных занятий на стадионе, на открытых хоккейных площадках, пришкольных спортивных площадках. Это позволяет разнообразить процесс обучения, использовать различные формы работы с обучающимися, избежать монотонности, повысить эффективность занятий.

Педагогическая целесообразность данной программы состоит в том, что она является средством физического развития детей, имеет насыщенный двигательный режим, позволяющий укрепить здоровье учащихся, адаптировать организм к физическим нагрузкам, таким образом, усилить интерес учащихся к занятиям хоккеем.

Адресатом программы являются дети 6-8 лет, не имеющие медицинских противопоказаний, прошедшие медицинскую комиссию.

Набор в группы производится в соответствии с возрастными особенностями, без конкурсной основы, проверки базовых знаний и природной предрасположенности. Минимальное количество обучающихся в группе 12 человек, максимальное 25 человек. Группы могут быть смешанные. В течение года вместо выбывших обучающихся могут набираться новички, с целью доукомплектования группы.

Объем программы. Представленная программа имеет ознакомительный уровень подготовки и рассчитана на один год обучения. Количество запланированных учебных часов, необходимых для освоения программы составляет 84 часа на группу.

Срок освоения программы 1 год:

- недель – 42 (из них: 42 - в год, 4 - в месяц);
- месяцев – 10,5.

Режим занятий - периодичность и продолжительность занятий для групп 6-8 лет - 2 раза в неделю по 1 академическому часу. Недельная нагрузка 2 часа.

Формы обучения и виды занятий и особенности организации образовательного процесса:

Программа предполагает очную форму обучения, в случае необходимости дистанционную.

Организация занятий осуществляется в форме теоретических и практических (учебно-тренировочных) занятий, участия в физкультурно-массовых мероприятиях.

Организация деятельности осуществляется форме групповой и индивидуально-групповой работы.

Особенности организации образовательного процесса заключаются в постоянном составе групп, и формировании групп по возрастной категории.

Представленная программа содержит все необходимые компоненты, предусмотренные федеральным законодательством:

- ФЗ №273 29.12.2012 г «Об образовании в Российской Федерации»;
- ФЗ № 329 от 04.12.2007 «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Приказ Минпросвещения РФ от 27.07.2022 N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.15 № 09-3242;
- Приказ от 21 мая 2019 г. №1077 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования в Саратовской области» (с изменениями на 29 июля 2021 года), раздел 5 п.53;
- СП 2.4.3648- 20 №28 от 28 сентября 2020 года;
- СанПиН 1.3685 №2 от 28 января 2021 года, таблица 6.6.

1.2 Цель и задачи программы.

Цель программы: создание условий для разностороннего физического развития и укрепления здоровья учащихся посредством занятий хоккеем с шайбой.

Задачи программы:

Обучающие:

- обеспечить усвоение начальных основ техники игры в хоккей с шайбой;
- обеспечить обучение правилам поведения в спортивном зале и на хоккейной площадке;
- обеспечить представление о здоровье организма и здоровом образе жизни;

Развивающие:

- способствовать развитию физических качеств: выносливости, ловкости, гибкости, быстроты, скорости, силы, координации, подвижности;
- способствовать развитию ориентирования в пространстве;
- способствовать развитию познавательных интересов, творческой активности и инициативы;

Воспитательные:

- содействовать воспитанию волевых качеств, целеустремленности, настойчивости, дисциплинированности, формированию характера, оптимизма, патриотизма;
- содействовать воспитанию правильного отношения к внешнему виду; приобщению к регулярным занятиям физической культурой и спортом, использование их в свободное время;
- содействовать формированию культуры общения и поведения в команде, развитию коммуникативных способностей.

1.3 Планируемые результаты

При достижении **личностных результатов** у учащихся будут сформированы способности к самоопределению, самообразованию и нравственно-эстетическому оцениванию:

- внутренняя позиция учащихся на уровне положительного отношения к себе, семье, друзьям, обществу;
- мотивация к ведению здорового образа жизни;
- познавательный интерес к занятиям хоккеем с шайбой;
- коммуникативные навыки позитивного общения с тренером-преподавателем и другими участниками образовательного процесса;
- объективная самооценка собственных действий и достижений.

При достижении **метапредметных результатов** у учащихся будут развиваться физические качества, такие как сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость и др.

Предметные результаты

К концу года учащиеся должны

Знать:

Технику безопасности при выполнении упражнений в спортивном зале и на открытых ледовых площадках;
Правила личной гигиены, режим дня;

Правила выполнения упражнений;
Специальную терминологию;

Уметь:

Выполнять упражнения на гибкость, силу, выносливость, реакцию, скорость;
Выполнять передвижение, торможение, повороты в хоккее.

Выполнять простейшие комбинации при стандартных положениях: в начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание шайбы.

Владеть:

Основными способами держания клюшки, перебросами шайбы.

Первоначальными навыками самостоятельного проведения зарядки, разминки.

1.4 Способы определения результативности

Для определения результативности усвоения программы используются следующие виды диагностики:

- входная (собеседование и опрос при зачислении на программу);
- текущая (на каждом занятии, в форме контрольных упражнений, игры);
- итоговая (в конце модуля).

Используются следующие формы контроля:

- контрольные испытания по общей физической и специальной подготовке (сдача нормативов).

1.5. Содержание программы.

Учебный план для учащихся 6-8 лет

№ п/п	Тема занятия	Количество часов			Форма контроля
		Теория	Практика	Всего	
1 год.					
1.	Вводное занятие:	2	2	4	
	Охрана труда и техника безопасности, знакомство с коллективом, правила поведения на занятиях	2	-	2	Собеседование
	Знакомство с содержанием модуля.	-	2	2	Опрос
	Основной раздел				
2.	Общая физическая подготовка:	10	32	42	
	Строевые и порядковые упражнения	8	22	30	Контрольные упражнения
	Подвижные и спортивные игры	2	10	12	Игра (педагогическое

					наблюдение)
3.	Специальная физическая подготовка:	6	30	36	
	Упражнения для развития гибкости	1	5	6	Контрольные упражнения
	Упражнения для развития силовых качеств	1	5	6	Контрольные упражнения
	Упражнения для развития общей выносливости	1	5	6	Контрольные упражнения
	Упражнения для развития скоростных качеств	1	5	6	Эстафеты (педагогическое наблюдение)
	Начальные основы техники игры в хоккей	1	5	6	Контрольные упражнения
	Начальные основы тактики игры в хоккей	1	5	6	Контрольные упражнения
4.	Итоговое занятие:	-	2	2	
	Контрольные испытания по ОФП, СФП	-	2	2	Контрольные испытания
	Всего	18	66	84	

1. Вводное занятие.

Тема: Охрана труда и техника безопасности

Теоретическое занятие:

Охрана труда и техника безопасности, знакомство с коллективом, правила поведения на занятиях. Введение в вид спорта «Хоккей с шайбой». О вреде, наносимом организму при неправильной технике выполнения упражнений.

Форма контроля:

Собеседование в форме вопрос – ответ «Техника безопасности».

Тема: Знакомство с содержанием модуля.

Практическое занятие:

Комплексы упражнений формирующие двигательные умения и навыки и технических действий хоккеиста.

Форма контроля: опрос

Основной раздел

2. Общая физическая подготовка.

Тема: Строевые и порядковые упражнения.

Теоретическое занятие: Виды строевых и порядковых упражнений. Техника выполнения. Перестроения. Виды размыкания. Расчет в строю.

Практическое занятие: Построение группы в шеренгу, колонну, фланг, с соблюдением дистанции, интервала. Перестроения: в одну-две шеренги, в колонну по одному, по два. Сомкнутый и разомкнутый строй. Выравнивание строя, расчет в строю, повороты на месте. Начало движения, остановка. Изменение скорости движения.

Форма контроля: Контрольное упражнение.

Тема: Подвижные и спортивные игры

Теоретическое занятие: Подвижные и спортивные игры. Правила игры. Запрещенные и разрешенные приемы. Самоконтроль и предупреждение травм.

Практическое занятие: Подвижные игры на ловкость, силу, выносливость, скорость, реакцию. Подвижные игры на материале легкой атлетики (бег, прыжки, метание); перетягивание каната; прыжки через скакалку; подвижные игры на материале гимнастики с основами акробатики (простейшие виды построений и перестроений, ОРУ без предметов и с разнообразными предметами, упражнения в лазании, в равновесии, несложные акробатические упражнения); подвижные игры на материале спортивных игр (хоккей, футбол, баскетбол, волейбол, русская лапта) и др.

Форма контроля: Игра (педагогическое наблюдение).

3. Специальная физическая подготовка.

Тема: Упражнения для развития гибкости

Теоретическое занятие: Понятие, техника выполнения упражнений на гибкость.

Практическое занятие: Общеразвивающие упражнения с большой амплитудой движения: отведение рук, ног, наклоны, повороты. Упражнения на гибкость (растяжка «Кошка», растяжка мышц спины, растяжка «Мостик», растяжка с наклоном в сторону, растяжка «Поза щенка», растяжка с выпадом в сторону, растяжка подколенных сухожилий сидя, скручивания сидя и др.) Работа в парах по выполнению упражнений на растяжку.

Форма контроля: Контрольное упражнение.

Тема: Упражнения для развития силовых качеств

Теоретическое занятие: Понятие силовые упражнения. Техника выполнения.

Практическое занятие: Упражнения с преодолением веса собственного тела: подтягивание на перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, приседание на одной или двух ногах, приседания с выходом на носки во время приседа. Подъемы корпуса к согнутым в коленях ногам лежа на полу. Подъемы туловища, лежа на животе. Подъемы ног лежа на спине. Подъемы ног лежа на животе. Подъемы туловища и ног одновременно лежа на спине «книжка», вправо, влево. Подъемы туловища и ног одновременно

лежа на животе, руки за головой. Прыжки в положении сидя вперед, назад и др.). Упражнения на снарядах: на гимнастической стенке, лазание по канату. Махи, вращение клюшкой одной и двумя руками, с различным хватом кистями рук, то же с утяжеленной клюшкой. Имитация бросков шайбы.

Форма контроля: Контрольное упражнение.

Тема: Упражнения для развития общей выносливости

Теоретическое занятие: Понятие, техника выполнения упражнений на выносливость. Упражнения для расслабления различных групп мышц. Чередование упражнений на выносливость и расслабление.

Практическое занятие: Упражнения на выносливость (ходьба гуськом, прыжки, планка, скручивания с одновременным подъемом ног, выпады на каждую ногу и др.); Бег с равномерной переменной интенсивностью. Передвижение приставными шагами правым и левым боком; Висы. Имитация бега на коньках в основной посадке хоккеиста, на месте и в движении. Прыжковая имитация в движении (с ноги на ногу). С переходом на движение в глубоком приседе и обратно в основную посадку. Бег на коньках на высокой скорости с резким торможением и стартом в обратном направлении. Бег на коньках с перепрыгиванием через препятствия толчками одной или двумя ногами. Старт и движение вперед с возрастанием мышечных напряжений до максимума, то же с ведением шайбы. Упражнения для расслабления различных мышечных групп: Встряхивание рук, мышцы расслаблены; Поднять руки вверх и «бросить» вниз с одновременным наклоном туловища вперед; Бег «трусцой» на месте, руки расслаблены; Наклониться вперед, руки вперед. Расслабить мышцы, «уронить» руки, выпрямиться; Потряхивание кистей рук над головой; Исходное положение - стойка руки в стороны. Выпад ногой в стороны - руки «уронить». Прийти в исходное положение; Прогнуться назад, затем вперед, руки расслабить; Маховые движения рук в стороны; Потряхивание ног попеременно; Лежа на спине, поднять ноги и медленно опустить их на землю, расслабиться.

Форма контроля: Контрольное упражнение.

Тема: Упражнения для развития скоростных качеств.

Теоретическое занятие: Понятие и техника выполнения упражнения на скорость, реакцию.

Практическое занятие: Упражнения на скорость, реакцию. Бег на короткие дистанции (20-100 м) с возможно максимальной скоростью. Бег с горы. Бег на коньках на высокой скорости с резким торможением и стартом в обратном направлении. Старты с места и в движении на коньках по зрительному и звуковому сигналу. Игровые упражнения с реакцией на движущийся объект: шайбы, партнера, игрока-соперника. Выполнение различных игровых приемов (бросков, ударов, ведения шайбы) с возможно максимальной быстротой, челночный бег 6х9 м с установкой на максимальную скорость. Выполнение простых общеразвивающих упражнений с возможно максимальной скоростью, броски правой и левой рукой теннисного мяча на

дальность и в цель, броски мяча в стену, стоя на одной ноге, Передвижение в нестандартных положениях (на четвереньках, на коленях, ползком и др.) с максимально возможной скоростью, уклоны от брошенного партнером мяча при постепенном сокращении дистанции и/или увеличении скорости бросков. Отбивание или ловля брошенного партнером мяча и др.).

Форма контроля: Эстафеты.

Тема: Начальные основы техники игры в хоккей

Теоретическое занятие: Основная стойка (посадка) хоккеиста. Передвижения, торможение, повороты в хоккее. Владение клюшкой. Основные способы держания клюшки (хваты): обычный, широкий. Понятие и техника выполнения остановки шайбы, бросков и передачи шайбы. Техника безопасности при выполнении упражнений.

Практическое занятие: Передвижение на коньках по резиновой и уплотненной снежной дорожке, скольжение на двух коньках с опорой руками на стул, скольжение на двух коньках с попеременным отталкиванием левой и правой ногой, скольжение на левом коньке после толчка правой ногой и наоборот. Повороты по дуге влево и вправо не отрывая коньков ото льда, Повороты по дуге толчками одной (внешней) ноги (переступанием), Повороты по дуге переступанием двух ног, бег скользящими шагами, торможение плугом и полуплугом, остановка и отбор шайбы, ведение шайбы различными способами, выполнение ударов по шайбе, отработка точности удара, обманные движения, передача шайбы.

Форма контроля: Контрольное упражнение.

Тема: Начальные основы техники игры в хоккей

Теоретическое занятие: Понятие и умение ориентироваться, реагировать соответствующим образом на действия партнёров и соперника. Выбор момента и способа передвижения на свободное место с целью получения шайбы.

Практическое занятие: Скоростное маневрирование и выбор позиции, Отбор шайбы перехватом, Отбор шайбы клюшкой, Выполнение простейших комбинаций при стандартных положениях: в начале игры, угловом, штрафном и свободном ударах, вбрасывание шайбы.

Форма контроля: Контрольное упражнение.

4. Итоговое занятие

Практическое занятие: комплекс упражнений по ОФП, СФП.

Форма контроля: Сдача контрольных нормативов по ОФП и СФП.

Программа предполагает дистанционную форму обучения в случае введения карантина или при плохих погодных условиях. Основное требование для реализации дистанционного модуля – доступ к сети Интернет учащихся и их родителей, регистрация в социальной сети ВКонтакте, Телеграмм канале.

Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Методическое обеспечение программы

При реализации программы используются следующие методы и технологии:

- Индивидуализации и дифференциации, т.е. каждый комплекс упражнений выполняется группой учащихся, регулируется в зависимости от возраста, пола и уровня физической подготовки обучаемого. Нагрузка подбирается таким образом, чтобы даже разнородная группа учащихся работала в примерно одинаковом темпе, за счет чего возможно поддержание соревновательной атмосферы на занятии. Каждое учебно-тренировочное занятие представляет собой мини-соревнование, в котором побеждает наиболее развитый учащийся.

- Здоровье сбережения, т.е. каждый комплекс, каждое упражнение рассчитано на сохранение и укрепление здоровья, приобщение к здоровому образу жизни.

- Дистанционного обучения, т.е. в случае введения карантина, режима самоизоляции или плохих погодных условий, все темы программы могут быть реализованы с применением дистанционных образовательных технологий. В программе используются следующие типы дистанционных занятий:

- в режиме реального времени (online) – занятия проходят в реальном времени с использованием интернет-площадок для проведения видеоконференций: Webinar; Бизон; VideoMost.com и др.

- в режиме отложенного времени (offline) – тренер-преподаватель направляет учащимся материалы для изучения и задания для самостоятельного выполнения, с учётом индивидуальных особенностей. Дидактические материалы для обучения выкладываются в социальной сети «В-Контакте» или в группе на Телеграмм канале. Для закрепления и обобщения изученного материала используются мессенджеры: ватсап, Viber, сети Вконтакте, где тренер-преподаватель индивидуально просматривает работы, анализирует возникающие трудности и корректирует образовательный процесс. В ходе проведения занятий в дистанционном режиме просматривается обратная связь тренер-преподаватель с учащимися по результатам выполнения заданий. Необходимым условием реализации дистанционных технологий обучения является наличие включенного контроля над усвоением знаний и выполнением учащимися самостоятельной работы. Для контроля и оценки результатов обучения, тренеру-преподавателю предъявляется видеоотчет либо комментарий. Основные формы диагностики в дистанционном режиме: тестирование; выполнение заданий.

Материал программы делится на следующие разделы: теория, общая физическая подготовка, специальная физическая подготовка, подвижные и спортивные игры, контрольные испытания по ОФП и СФП.

В разделе «Теория» дается материал, способствующий расширению знаний детей о собственном организме, о гигиенических требованиях, о возможностях человека, его культуре, о виде спорта хоккей с шайбой, его истории развития.

В разделе «Общая физическая подготовка» даны упражнения, строевые команды и другие необходимые двигательные действия, которые способствуют формированию общей культуры движений, развивают определенные двигательные качества. Также даны различные игры, необходимые для развития у ребенка коммуникативных навыков, физических качеств таких как быстрота, ловкость и др.

В разделе «Специальная физическая подготовка» материал по виду спорта хоккей с шайбой, способствующий физическому развитию детей. В зависимости от условий работы, тренер-преподаватель сможет сам подобрать многие упражнения, которые бы помогли детям овладеть техническими приемами и выполнять их на большой скорости.

В разделе «Контрольные испытания по ОФП и СФП» приведены упражнения и тесты, помогающие следить за уровнем физической и технической подготовленности.

На учебно-тренировочных занятиях с детьми следует уделять больше внимания разучиванию элементов техники движений в хоккее с шайбой, отработке легкости, точности их выполнения. Детский организм вполне подготовлен к освоению элементарных умений и навыков. У детей достаточно развиты зрительный и двигательный анализаторы ЦНС. Они в состоянии управлять отдельными действиями, координировать движения рук и ног. Вместе с тем при разучивании какого-либо приема техники с детьми, для создания целостного представления в изучаемом приеме необходимы образцовый показ тренером приема и доходчивое объяснение способа его выполнения. В то же время в процессе совершенствования приемов техники полезно включать элементы вариативности их выполнения, что в определенной степени способствует развитию координационных способностей юных хоккеистов.

Параллельно во взаимосвязи с совершенствованием приемов техники следует осваивать индивидуальные, групповые и командные тактические действия в атаке и обороне.

При освоении данных действий необходимо обращать внимание учащихся на овладение скоростным маневрированием в движении на коньках лицом и спиной вперед, выбор позиции, взаимодействие с партнерами, взаимостраховку, отбор шайбы клюшкой и с помощью силового единоборства туловищем.

Для успешного освоения атакующих индивидуальных и тактических действий юные хоккеисты должны уметь хорошо владеть коньками, клюшкой и шайбой. При этом начинать надо с освоения передач шайбы. Передача шайбы – это ключ к взаимопониманию и взаимодействию партнеров. Слабое владение передачами, сводит на нет любые тактические построения. В этом аспекте, в тренировочных заданиях по

совершенствованию передач шайбы, помимо работы над техникой, необходимо воздействовать на не менее важные тактические компоненты: быстроту и своевременность выполнения, направленность и точность, а также дифференцировку по силе.

На каждом занятии необходимо четко ставить перед детьми задачу, давать возможность осмыслить и объяснить ход и способы выполнения задания.

В упражнения и игры включены элементы соревнований, что стимулирует проявление двигательных способностей детей, способствует совершенствованию двигательных умений и навыков.

При этом необходимо тщательно продумывать физическую и эмоциональную нагрузку, учитывать уровень физического развития детей. Большое значение в обучении движениям имеют четкий анализ и оценка деятельности детей, особенно по ходу выполнения упражнений. Для правильного регулирования нагрузки с учетом индивидуальных способностей ребенка рекомендуется давать контрольные упражнения в конце каждого месяца. При таком тестировании целесообразнее совмещать общую и специальную подготовки.

Каждое учебно-тренировочное занятие имеет четко определенную структуру.

В начале занятия проводится разминка, общие цели которой сводятся к следующим функциям:

- Подготовка соединительных тканей и суставов к предстоящим нагрузкам.
- Подготовка сердечно-сосудистой системы к предстоящим нагрузкам.
- Повышение температуры тела.
- Обновление динамических стереотипов.

Далее следует этап Практики, во время которого решаются задачи:

- Постановка техники выполнения движения на уровне обеспечения безопасности.
- Регуляция дыхания во время выполнения упражнений.
- Анализ конкретной двигательной задачи и рассмотрение различных способов ее выполнения.
- Выполнение комплексов упражнений фиксируются временем и (или) объемом работы.

После выполнения тренировочного комплекса следует этап Заминки, завершающий занятие. На данном этапе решаются следующие задачи:

- Расслабление
- Растяжка и развитие гибкости и эластичности мышц. Работа над ошибками при решении двигательной задачи
- Работа над слабыми местами в подготовке.

2.2 Материально-техническое обеспечение программы.

Спортивный зал, хоккейная площадка, хоккейные ворота, клюшки, скакалки, мячи набивные, мячи футбольные, шайбы, секундомеры, конусы, фишки, станок для заточки коньков,

Для обучающихся необходимо наличие:

- спортивной формы и обуви для занятий в спортивном зале и на свежем воздухе, в зависимости от времени года,
- хоккейных коньков,
- защитной экипировки.

В качестве дидактических материалов используются специально подобранные по теме занятия картинки, брошюры, плакаты, учебная литература, MP3 – CD PLAYBACK, DVD SAMSUNG, видеотека для учебных и соревновательных целей.

Принято на заседании педагогического
совета Муниципального учреждения
дополнительного образования
«Спортивная школа Муниципального
образования п. Михайловский»

№ 1 от «02» сентября 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Муниципального учреждения
дополнительного образования «Спортивная школа
Муниципального образования п. Михайловский»
Д.А. Петрова
Приказ № 69 от «02» сентября 2024 г.

2.3. Календарный учебный график
Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы физкультурно-спортивной
направленности на основе ранней специализации по хоккею
на 2024-2025 учебный год

Год 1 группа		Год обучения		Сентябрь		Октябрь				Ноябрь				Декабрь				Январь				Февраль				Март				Апрель				Май				Июнь		Теория	Практика	Всего часов																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
2	1	02.09-08.09-																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															</

Входная диагностика диагностика усвоения программы по модулям каникулярный период

2.4 Оценочные материалы.

По качеству освоения теории программного материала выделены следующие уровни знаний, умений и навыков:

-высокий – программный материал усвоен полностью, учащийся имеет высокие достижения.

-средний – усвоение программы в полном объеме, при наличии несущественных ошибок.

-низкий – усвоение программы в неполном объеме, учащийся допускает существенные ошибки в теоретических и практических заданиях.

В результате обучения учащиеся начнут понимать значение занятий физической культурой для укрепления здоровья, физического развития, физической подготовленности и трудовой деятельности.

Предметные, метапредметные, личностные оценочные материалы Контрольные нормативы по ОФП, СФП

Предметные:

№ п/п	Упражнения Ед. измерения	НОРМАТИВ					
		Мальчики			Девочки		
		Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
1.	Бег на 20 м (с)	3,2	3,0	2,4	3,2	3,0	2,4
2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.)	70	100	135	60	90	125
3.	Сгибание и разгибание рук лежа на полу (количество раз)	2	5	10	1	4	7
4.	Бег на коньках 20м (с)	4,98	4,59	4,36	5,98	5,59	5,36
5.	Бег на коньках челночный 6х9 м (с)	17,67	16,93	16,68	18,67	17,93	17,68
6.	Бег на коньках спиной вперед 20 м (с)	7,39	6,78	6,33	8,39	7,78	7,33
7.	Бег на коньках слаломный без шайбы (с)	13,89	13,37	12,99	14,89	14,37	13,99
8.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы (с)	15,89	15,00	14,80	16,89	16,00	15,80

Исходя из результатов сдачи контрольных нормативов, делается вывод о достижении **метапредметных** результатов по следующим уровням:

высокий – безошибочное, полное и самостоятельное выполнение нормативов по максимальным нормам;

средний - выполнение нормативов самостоятельно, с небольшим количеством допущенных ошибок по средним нормам;

низкий - выполнение нормативов с достаточно большим количеством допущенных ошибок по низким нормам.

Протокол оценки достижения метапредметных результатов

	Ф.И обуча ющего ся	Метапредметные результаты(универсальные учебные действия (УУД))																			
		Познавательные					Регулятивные				Коммуникативные					Личностные					
		Самостоятельно анализировать, сравнивать, группировать информацию	Находить ответы на вопросы, решать проблемы, возникающие в процессе учебного занятия	Передавать содержание полученной информации в сжатом или развернутом виде	Планировать свою работу по овладению новыми двигательными навыками	Уровень сформированности УУД	Организовывать свое учебное место	Планировать свою деятельность в ходе занятий	Соотносить результат своей деятельности с целью или с образцом, предложенным педагогом	Оценивать результаты своей деятельности	Уровень сформированности УУД	Участвовать в диалоге с другими учащимися, педагогом	Оформлять свои мысли и высказывать их в доступной для всех форме	Отвечать на вопросы по теме в выбранном виде деятельности	Слушать и понимать педагога и других учащихся	Высказывать аргументированное мнение	Уровень сформированности УУД	Мотивация к ведению здорового образа жизни	Познавательный интерес к избранному виду спорта	Коммуникативные навыки позитивного общения с педагогом и другими участниками образовательного процесса	Объективная самооценка собственных действий и достижений

Диагностическая карта формирования личностных результатов учащихся

Ф.И Обучающе гося	Мотивация к ведению здорового образа жизни	Всегда участвует во в физкультурно-спортивных, организационно-массовых мероприятиях по ЗОЖ. Соблюдает режим дня.	2 балла	
		Периодически участвует во в физкультурно-спортивных, организационно-массовых мероприятиях по ЗОЖ. Соблюдает режим дня.	1 балл	
		Редко участвует во в физкультурно-спортивных, организационно-массовых мероприятиях по ЗОЖ. Нарушает режим дня.	0 баллов	
	Познавательны	Демонстрирует живой интерес к избранному	2 балла	

	<i>й интерес к избранному виду спорта</i>	виду спорта (посещает соревнования, просматривает медийное пространство, делает обзор тематической литературы и периодических изданий)		
		Периодически демонстрирует интерес к избранному виду спорта	1 балл	
		Не демонстрирует интерес к избранному виду спорта	0 баллов	
	<i>Коммуникативные навыки позитивного общения с педагогом и другими участниками образовательного процесса</i>	Приветливо общается со всеми участниками образовательного процесса. Легко вступает в диалог. Соблюдает правила речевого этикета.	2 балла	
		Приветливо общается со всеми участниками образовательного процесса. Не всегда готов вступать в диалог. Не всегда соблюдает правила речевого этикета.	1 балл	
		Не всегда готов к позитивному общению с участниками образовательного процесса. Нарушает правила речевого этикета.	0 баллов	
	<i>Объективная самооценка собственных действий и достижений</i>	Всегда объективно оценивает собственные действия и достижения.	2 балла	
		Периодически объективно оценивает собственные действия и достижения.	1 балл	
		Затрудняется объективно оценивать собственные действия и достижения.	0 баллов	
	Общий балл			

8-7 баллов – высокий уровень;

6-4 баллов – средний уровень;

0-3 балла – низкий уровень.

2.5 Список литературы и электронных ресурсов

Для тренеров-преподавателей

1. Горский, Л. Тренировка хоккеистов: Пер. со словацк. / предисл. Г. Мкртычана. – М.: Физкультура и спорт, 1981.
2. Лях, В. И. Развитие координационных способностей у дошкольников / В. И. Лях. – М. : Спорт, 2019. – 128 с. Теория и методика спортивной тренировки в хоккее.
3. Михно, Л. В. Игра в хоккей в условиях современного общества: мотивация юных хоккеистов и их родителей: учебное пособие / Л. В. Михно, Е.В. Утишева. – СПб.: Кинетика, 2016.
4. Михно, Л. В. Теория и методика подготовки юных хоккеистов: учебник для тренеров / Л.В. Михно (и др.) ; под ред. Л.В. Михно. – СПб. : (б.и.), 2017.
5. Сафонов, В. К. Психология спортсмена: слагаемые успеха: монография / В.К. Сафонов. – М. : Спорт, 2017.

Для учащихся:

1. Москвина М. – Приключения Олимпионика / Детская познавательная и развивающая литература – АСТ, Москва, 2019.
2. Озерецкая Е. – Олимпийские игры / Детская познавательная и развивающая литература – Детская литература, Москва, 1990.

3. Тихомирова Л.Ф. – Упражнения на каждый день: Логика для дошкольников / художник В.Х. Янаев. – Ярославль: Академия развития, 2001. – 144 с.
4. Онлайн журнал «Школьнику» <http://journal-shkolniku.ru/sport.html>

Для родителей:

1. Бальсевич В.К. Физическое воспитание ребенка в семье. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2015. № 1. С. 50-51.
2. Богданов Г.П., Козлов В.И. Занимайтесь всей семьей. М.: ФИС, 2015. 32с.
3. Бондаревский Е.Я. Родителям о физическом воспитании детей. М.: Знание, 2014. 48 с.
4. Спортивная физиология. / Под ред. Я.М. Коца. М.: ФИС, 2018. 240 с.
5. Степанов Т.А. Воспитание интереса к физической культуре у детей с различным уровнем здоровья. Сургут: СурГПИ, 2018. 170 с.
6. Теленчи В.И. Гигиенические основы воспитания детей. М.: Просвещение, 2012. 252 с.

Электронные ресурсы

1. Министерство спорта РФ <https://www.minsport.gov.ru/>
2. Министерство науки и высшего образования РФ <https://www.minobrnauki.gov.ru/>
3. Федерация хоккея России www.fhr.ru
4. Современный урок. Наставничество в системе дополнительного образования детей <https://www.1urok.ru/categories/23/articles/59584>