

Управление образования администрации Копейского городского округа
Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Дворец творчества детей и молодежи»
Копейского городского округа

РАССМОТРЕНО
на заседании Методического совета
МУДО ДТДиМ Копейского
городского округа
Протокол № 1 от 15.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО:
приказом директора МУДО ДТДиМ
Копейского городского округа
Т.В.Сапожниковой
№ 341 от 15.08.2023 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ХОККЕЙ»**

Физкультурно-спортивная направленность
Возраст обучающихся 7-18 лет
Срок реализации 3 года

Автор-составитель:
Митин Владимир Анатольевич,
тренер-преподаватель

Копейск
2023

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Разработка дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Хоккей» осуществлялась в соответствии с нормативно-правовыми документами:

Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 31.07.2020);

Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р);

Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);

Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (вступил в силу 01.03.2023);

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых";

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей. (Письмо Министерства образования и науки РФ № ВК-641/09 от 26.03.2016);

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.368521 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

Устав Муниципального учреждения дополнительного образования «Дворец творчества детей и молодежи» Копейского городского округа (Постановление администрации Копейского городского округа Челябинской области от 07.04.2020 №699-п);

Положение о порядке разработки и утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Муниципальном учреждении дополнительного образования «Дворец творчества детей и молодежи» Копейского городского округа (утв. приказом директора МУДО ДТДиМ от 06.04.2023 №185).

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хоккей» имеет физкультурно-спортивную направленность. Нацелена на укрепление здоровья, формирование навыков здорового образа жизни и спортивного мастерства, морально-волевых качеств и системы ценностей с приоритетом жизни, и здоровья.

Актуальность программы

Развитие физической культуры и спорта в нашей стране является делом государственной важности. В Программе правительства физическая культура и спорт рассматриваются как одно из важных средств воспитания российского человека, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство.

Здоровый образ жизни - одна из важнейших проблем нашего времени. Залог здоровья будущих поколений - воспитание спортивных, выносливых, обладающих молниеносным мышлением детей.

Хоккей - спорт, объединяющий все возраста, спорт для смелых и сильных, спорт «настоящих мужчин».

Среди всех зимних видов спорта хоккей лучше других воспитывает в ребенке стремление к победе, упорство, целеустремленность и самодисциплину. Кроме моральной стойкости, игра с шайбой на льду в значительной мере развивает мышечный корсет, совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное физическое развитие, закаляет организм, тренирует дыхательную и сердечно-сосудистую системы.

В процессе тренировок и игр у занимающихся хоккеем формируются такие положительные навыки и черты характера, как умение подчинять личные интересы интересам коллектива, взаимопомощь, активность и чувство ответственности.

Актуальность программы определяется повышенным запросом со стороны детей и их родителей на программы хоккея, в связи с возросшей популярностью этого вида спорта.

Отличительные особенности программы

Программа направлена на создание условий для массового привлечения детей к занятиям по хоккею в спортивно-оздоровительных группах. В программе даны рекомендации по организации, содержанию и планированию учебно-тренировочного процесса в соответствии с годом обучения обучающихся, комплектованию спортивно-оздоровительных групп с учётом возраста и уровня физической подготовленности занимающихся, отражены планируемые результаты освоения обучающимися образовательной программы, способы и формы их определения.

Настоящая программа разработана на основании примерной программы спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных олимпийского резерва системы дополнительного образования детей по видам спорта (хоккей), а также на основании существующих нормативных документов для учреждений дополнительного образования. При составлении данной программы использованы результаты научных исследований в области теории и методики футбола и хоккея и результаты обобщения многолетнего опыта тренеров и педагогов, достигших больших успехов в подготовке спортсменов высокой квалификации.

Новизна программы в том, что она учитывает специфику дополнительного образования и охватывает значительно больше желающих

заниматься этим видом спорта, предъявляя усиленные требования в процессе обучения. Простота в обучении, простой инвентарь, делает этот вид спорта очень популярным среди школьников и молодежи, являясь увлекательной спортивной игрой, представляющей собой эффективное средство физического воспитания и всестороннего физического развития.

Адресат программы

Данная программа разработана для детей, обучающихся в спортивно-оздоровительных группах. Возраст детей от 7 до 18 лет. К занятиям в группах спортивно-оздоровительного этапа допускаются все лица, желающие заниматься спортом независимо от их одаренности, способностей, уровня физического развития и подготовленности и не имеющие медицинских противопоказаний.

Формы обучения

- очная

Уровень программы

I-й – стартовый уровень. Это группы начальной подготовки (1 года обучения), которые способствуют выявлению способностей, одаренности детей, развитию их заинтересованности к занятиям хоккеем.

II-й – базовый уровень. Это учебно-тренировочные группы (2 года обучения и старше), в которых развивается стойкий интерес обучаемых к занятиям хоккеем, где воспитанники принимают участие в соревнованиях города, области.

Объем и сроки реализации программы

Срок реализации программы рассчитан на 3 года. Объем – 432 часа.

Особенности организации образовательного процесса

Продолжительность занятий:

1-й год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю); 144 часа в год.

2-й год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю); 144 часа в год.

3-й год обучения – 2 раза в неделю по 2 часа (4 часа в неделю); 144 часа в год.

Режим занятий

Продолжительность одного академического часа - 45 мин.

Перерыв между учебными занятиями – 15 минут.

Общее количество часов в неделю – 4 часа.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы:

Обеспечить всестороннее физическое развитие и укрепление здоровья школьников посредством игры в хоккей.

Задачи программы:

Обучающие

- изучить основные приемы техники игры в хоккей (индивидуальных и командных);
- формировать высокий уровень технико-тактического мастерства;

Воспитательные

- формировать навыки соблюдения спортивной этики, дисциплины, спортивного трудолюбия;
- развивать навыки культуры общения и коммуникации в детском коллективе;

Развивающие

- формировать культуры здорового и безопасного образа жизни, укреплять здоровье учащихся;
- обеспечить занятость обучающихся во внеучебной деятельности, в том числе из числа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов и инвалидов, детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации;
- воспитывать волевые, морально-стойких личностей;
- привлечь родителей (законных представителей) обучающихся к занятиям, поощрять их интерес к достижениям своих детей в спортивном объединении.

1.3. Планируемые результаты

В результате освоения программы обучения хоккейной игре обучающиеся приобретают следующие знания, практические умения и навыки:

- умеют профессионально обращаться с клюшкой, пользуясь несколькими хватками;
- знают и умеют выполнять все нормативы по общей физической подготовке для получения спортивного разряда;
- умеют играть и использовать в игре все изученные приемы;
- знают историю спорта вообще и хоккея в частности;
- умеют играть на счет и судить соревнования по хоккею;

- могут продолжать свои занятия самостоятельно (цель занятия ставит педагог);

- умеют применять спортивные и медицинские знания;

- могут участвовать в соревнованиях для получения спортивного разряда.

- участвовать в квалификационных соревнованиях на получение разряда и, соответственно, квалификации;

- проводить занятия с другими обучающимися (в качестве помощников тренера).

- участвовать в судействе официальных соревнований соответственно своей квалификации.

Основными результатами выполнения программы «Хоккей» являются:

- укрепление здоровья детей;

- рост физических и спортивных показателей у каждого обучающегося в течение одного этапа занятий (учебный год);

- проявление устойчивого интереса к занятиям спортом и физической культурой;

- навыки самостоятельных занятий.

1.4. Содержание программы
Учебный план
1 год обучения
Предмет – хоккей

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие				
1.	Теоретическая подготовка	8	8		Тестирование
2.	Площадка	22	2	20	Тестирование
3	Судьи и их обязанности	8	4	4	Тестирование
4	Правила игры	30	10	20	Тестирование
5	Броски и удары шайбой	35	2	33	Выполнение упражнений
6	Техника игры полевого игрока	35	2	33	Выполнение нормативов
6.1	Передвижение игрока на коньках				
6.2	Владение клюшкой и шайбой				
6.3	Силовое единоборство – клюшкой, плечом				
7	Техника игры вратаря	30	10	20	Выполнение нормативов
7.1	Передвижения				
7.2	Ловля шайбы				
7.3	Отбивания				
7.4	Прижимания				
7.5	Владение клюшкой и шайбой				
8	Тактика обороны	36	4	32	Выполнение нормативов
8.1	Правильная оценка выбора позиции по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им шайбы				
8.2	Скоростное маневрирование - отбор шайбы				
9	Тактика нападения	30	8	22	Выполнение нормативов
9.1	Групповые тактические действия				
9.2	Оценивание целесообразности той или иной позиции				

9.3	Взаимодействия с партнёрами при равном соотношении и численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи				
9.4	Атака из стандартных положений				
10	Общая физическая подготовка	70	5	65	Выполнение нормативов
10.1	Строевые и порядковые упражнения				
10.2	Упражнения для развития физических качеств				
10.3	Роль и значение спортивных и подвижных игр				
	Соревнования	20		20	Участие в соревнованиях
	Итоговое занятие				
	Итого:	144	55	89	

**Учебный план
2 год обучения
Предмет – хоккей**

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие				
1.	Теоретическая подготовка	8	8		Тестирование
2.	Площадка	22	2	20	Тестирование
3	Судьи и их обязанности	8	4	4	Тестирование
4	Правила игры	30	10	20	Тестирование
5	Броски и удары шайбой	35	2	33	Выполнение упражнений
6	Техника игры полевого игрока	35	2	33	Выполнение нормативов
6.1	Передвижение игрока на коньках				
6.2	Владение клюшкой и шайбой				
6.3	Силовое единоборство – клюшкой, плечом				
7	Техника игры вратаря	30	10	20	Выполнение нормативов
7.1	Передвижения				
7.2	Ловля шайбы				
7.3	Отбивания				
7.4	Прижимания				
7.5	Владение клюшкой и шайбой				
8	Тактика обороны	36	4	32	Выполнение нормативов
8.1	Правильная оценка выбора позиции по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им шайбы				
8.2	Скоростное маневрирование - отбор шайбы				
9	Тактика нападения	30	8	22	Выполнение нормативов
9.1	Групповые тактические действия				
9.2	Оценивание целесообразности той или иной позиции				
9.3	Взаимодействия с партнёрами при равном соотношении и				

	численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи				
9.4	Атака из стандартных положений				
10	Общая физическая подготовка	70	5	65	Выполнение нормативов
10.1	Строевые и порядковые упражнения				
10.2	Упражнения для развития физических качеств				
10.3	Роль и значение спортивных и подвижных игр				
	Соревнования	20		20	Участие в соревнованиях
	Итоговое занятие				
	Итого:	144	55	89	

**Учебный план
3 год обучения
Предмет – хоккей**

№ п/п раздела	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Вводное занятие				
1.	Теоретическая подготовка	8	8		Тестирование
2.	Площадка	22	2	20	Тестирование
3	Судьи и их обязанности	8	4	4	Тестирование
4	Правила игры	30	10	20	Тестирование
5	Броски и удары шайбой	35	2	33	Выполнение упражнений
6	Техника игры полевого игрока	35	2	33	Выполнение нормативов
6.1	Передвижение игрока на коньках				
6.2	Владение клюшкой и шайбой				
6.3	Силовое единоборство – клюшкой, плечом				
7	Техника игры вратаря	30	10	20	Выполнение нормативов
7.1	Передвижения				
7.2	Ловля шайбы				
7.3	Отбивания				
7.4	Прижимания				
7.5	Владение клюшкой и шайбой				
8	Тактика обороны	36	4	32	Выполнение нормативов
8.1	Правильная оценка выбора позиции по отношению опекаемого игрока и противодействовать получению им шайбы				
8.2	Скоростное маневрирование - отбор шайбы				
9	Тактика нападения	30	8	22	Выполнение нормативов
9.1	Групповые тактические действия				
9.2	Оценивание целесообразности той или иной позиции				
9.3	Взаимодействия с партнёрами при равном соотношении и				

	численном превосходстве соперника, используя короткие и средние передачи				
9.4	Атака из стандартных положений				
10	Общая физическая подготовка	70	5	65	Выполнение нормативов
10.1	Строевые и порядковые упражнения				
10.2	Упражнения для развития физических качеств				
10.3	Роль и значение спортивных и подвижных игр				
	Соревнования	20		20	Участие в соревнованиях
	Итоговое занятие				
	Итого:	144	55	89	

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

Календарный учебный график

Выходные дни: 04.11.2024 г., 01.01.2024 г., 07.01.2024 г., 23.02.2024 г., 08.03.2024 г., 01.05.2024 г., 09.05.2024 г.

Зимние каникулы: 26.12.2023 г. – 07.01.2023г.

Объем программы: 432 часа

Срок освоения программы: 3 года

Год обучения	Учебная группа	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий	Дата промежуточной аттестации	Форма промежуточной аттестации
1	1-1 Союз Хоккей	01.09.2023	31.05.2023	36	144	2 раза в неделю по 2 часа	28.05.2023	Участие в соревнованиях
1	1-2 Союз Хоккей	01.09.2023	31.05.2023	36	144	2 раза в неделю по 2 часа	28.05.2023	Участие в соревнованиях
2	2-1 Дружба Хоккей	01.09.2023	31.05.2023	36	144	2 раза в неделю по 2 часа	28.05.2023	Участие в соревнованиях
1	2-2 Дружба Хоккей	01.09.2023	31.05.2023	36	144	2 раза в неделю по 2 часа	28.05.2023	Участие в соревнованиях

2.2. Условия реализации программы

Для осуществления учебно-тренировочного процесса необходимо наличие оборудования, инвентаря и инфраструктуры собственной или используемой на основании договорных взаимоотношений (сетевых) с образовательными и другими организациями. Для занятий хоккеем требуется:

- ворота для хоккея
- ограждение площадки (борта, сетка защитная)
- шайба
- спортивный зал,
- спортивный инвентарь: набивные мячи, мячи для метания, перекладины для подтягивания в висе, стойки – ограничители, скакалки для прыжков, мячи для тенниса.

Спортивные снаряды: гимнастические скамейки, гимнастические стенки.

Каждый учащийся должен иметь:

- спортивную форму
- спортивную обувь.
- хоккейное обмундирование

2.3. Формы аттестации

На всем протяжении обучения осуществляется контроль уровня физической, спортивно-технической, теоретической подготовленности обучающихся.

Текущий контроль успеваемости – форма педагогического контроля спортивной формы обучающихся, выполнения ими учебной программы по виду спорта в период обучения.

Промежуточная аттестация – форма педагогического контроля динамики спортивной формы.

Формы контроля:

- Осеннее и весеннее тестирование обучающихся по учебным нормативам. Учебные нормативы отражают три качественных уровня (показатели общей физической, специальной физической и технической подготовленности).

- Выполнение учебного плана, время, затраченное на отдельные виды подготовок.

- Участие в соревнованиях.

- Личностные достижения обучающихся на текущих занятиях, контрольных стартах, товарищеских играх и других формах обучения.

- Выполнение классификационных норм для присвоения спортивных разрядов в виде спорта.

Текущий контроль осуществляется регулярно в рамках расписания занятий учащихся.

Промежуточная аттестация обучающихся - это прием контрольно-переводных нормативов, предусмотренных учебным планом с целью перевода обучающихся на следующий год обучения дополнительной общеобразовательной программы

Оценочные материалы Контрольно-переводные нормативы

№ п.п	Контрольные испытания	6-8 лет	9-10 лет	11-12 лет	1315 лет	16-18 лет	6-8 лет	9-10 лет	1112 лет	1315 лет	1618 лет
		Юноши					Девушки				
1	Бег 60 м	–	11,9	10,6	9,6	8,8	–	12,4	13,0	10,6	10,5
2	Челночный бег 3*10м (с)	10,3	9,3	9,0	8,1	7,9	10,6	9,6	9,4	9,0	8,9
3	Бег на 30 м	6,9	6,2	5,7	5,3	4,9	6,9	6,4	6,0	5,6	5,7
4	Бег 1000м	7,10	6,10	–	–	–	7,35	6,30	–	–	–
5	Бег 1500м	–	–	8,20	10,0	–	–	–	8,55	12,10	12,0
6	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (раз)	4	10	13	20	27	7	5	7	8	9
7	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине	6	9	11	13	–	4	7	9	10	11
8	Подтягивание из виса на высокой перекладине	2	2	3	6	9	–	–	–	–	–
9	Наклон вперед из положения стоя на гимнаст. Скамейке	+3	+2	+3	+4	+6	+1	+3	+4	+5	+7
Техническое мастерство											
1	Обводка 5 стоек с последующим броском шайбы в ворота	Без учета врем.									
2	Броски шайбы в ворота с разных	Без учета	10	20	30	40	Без учета	10	20	30	30

	точек (%)	та рез					рез				
3	Слаломный бег с ведением шайбы	Без учета врем									

2.5. Методические материалы

Основная форма работы по данной программе – фронтальная, с помощью которой обучающиеся овладевают навыками хоккея с шайбой. По мере овладением техникой также рекомендуется проводить внутригрупповые соревнования на скорость, технику хоккеисту.

Методы обучения (общие):

- объяснительно-иллюстративный метод обучения;
- репродуктивный метод обучения;
- метод проблемного обучения;
- эвристический метод обучения.

3. Список литературы

1. Бернштейн Н.А. О ловкости и её развитии. – М.ФиС, 1991г.
2. Быстров В.А. Основы обучения и тренировки юных хоккеистов: учеб.метод. пособие. –М,: Terra- Спорт, 2000г.
3. Букатин А.Ю. и др. Начальное обучение юных хоккеистов (8-10 лет): учеб.пособие.М,:Б и.,1983г.
4. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов – М.:ФиС, 1988г.
5. Горский Л. Игра хоккейного вратаря. – М.: Фис, 1974г.
6. Жариков Е.С., Шигаев А.С..Психология управления в хоккее. М.:ФиС, 1983г.
7. Колосков В.И.,Климин В.Л..Подготовка хоккеистов :Техника , тактика.-ФиС, 1981г.
8. Королев Ю.В.Развитие хоккея с шайбой в СССР (Краткие ист.сведения).Лекция.М.:Б.и.,1971г.
9. Купч Я.А. Конькобежная подготовка: Метод.пособие.-Рига:Би.,1984г.
- 10.Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов в Олимпийском спорте. Киев,1999г.
- 11.Никитушкин В.Т. ,Губа В.П..Методы отбора в игровые виды спорта. – М.:1998г
- 12.Филин В.П. Теории и методика юношеского спорта. – М,: 1987г.

Список литературы для детей:

- 1.Букатин А.Ю.,Колузганов В.М. Юный хоккеист. –М,:ФиС, 1986г.
- 2.Горский Л. Тренировка хоккеистов. – М.:ФиС, 1981г.
- 3.Майоров Б.А. Хоккей для юношей.М.:ФиС, 1968г.