

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
Спортивной школы г. Алдан

« 01 » 09 _____ 2020 г

УТВЕРЖДАЮ
Директор
Спортивной школы г. Алдан
А.Ю. Киселев

« 01 » 09 _____ 2020 г



Учебная программа
Спортивной школы г. Алдан
по хоккею
составлена на основе
ФЕДЕРАЛЬНОГО СТАНДАРТА
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА
хоккей,
утверждённого
приказом Минспорта России
15 мая 2019 г. N 373

Разработчик программы:
Тренер-преподаватель отделения хоккея
Климас О.В.
Методист ДЮСШ Згонникова Г.С.

Программа рассчитана на детей и подростков: с 8 до 18 лет

Срок реализации программы: 8 лет

Алдан 2020 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Хоккей - 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 на ледовой площадке размером 60х30 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 игрока. Смены игроков возможны как в паузах во время остановки времени игры, так и непосредственно в ходе игры.

Программа подготовки спортсменов на разных возрастных этапах направлена на решение следующих задач:

- формировать потребности в здоровом образе жизни;
- совершенствование психических качеств, определяющих успешность овладения техникой и тактикой самбо и выступлений спортсменов на соревнованиях;
- осуществлять гармоничное развитие личности, воспитание ответственности и профессионального самоопределения, в соответствии с индивидуальными способностями занимающихся;
- способствовать физическому совершенствованию и подготовке высококвалифицированных спортсменов, способных достойно защищать честь России на международной спортивной арене;
- формирование умения на основе анализа результатов выступлений вносить коррективы в учебно-тренировочный процесс, цель которого достижение вершин спортивного мастерства;
- овладение навыками инструкторской и судейской практик.

Решение перечисленных задач осуществляется на каждом возрастном этапе обучения и тренировки, исходя из конкретных требований, учитывающих специализацию и квалификацию обучаемых.

Настоящая учебная программа составлена на основе директивных и нормативных документов, регулирующих деятельность спортивных школ.

При ее написании учтены основополагающие принципы спортивной тренировки, результаты научных исследований, передовой спортивной практики и современные требования к подготовке спортивного резерва.

Программа предназначена для тренеров-преподавателей, педагогов и руководителей учреждений дополнительного образования детей

физкультурно-спортивной направленности и является основным документом, регламентирующим учебно-тренировочную и воспитательную работу. Она раскрывает весь комплекс параметров обучения и тренировки в спортивной школе, содержит методические рекомендации и практические материалы по проведению учебно-тренировочных занятий.

В программе последовательно изложено годовое планирование по этапам обучения; определены задачи и средства подготовки; объемы тренировочных и соревновательных нагрузок; приемные и контрольно-переводные нормативы по общей и специальной физической подготовке. Разработана подпрограмма по теоретической подготовке.

На этап начальной подготовки (ЭНП) зачисляются учащиеся общеобразовательных школ, имеющие письменное разрешение врача-педиатра. На этом этапе осуществляется физкультурно-оздоровительная и воспитательная работа, направленная на разностороннюю физическую подготовку, выбор спортивной специализации и выполнение контрольных нормативов для зачисления на учебно-тренировочный этап подготовки.

Учебно-тренировочный этап (ТЭ). Группы формируются из практически здоровых учащихся, прошедших необходимую подготовку в течение не менее одного года и выполнивших приемные нормативы по общефизической и специальной подготовке. Перевод по годам обучения на этом этапе осуществляется также при условии выполнения учащимися контрольно-переводных нормативов по общефизической (ОФП) и специальной (СФП) подготовке.

Основные задачи:

1. Формирование и развитие творческих и спортивных способностей детей, удовлетворение их индивидуальных потребностей в физическом, интеллектуальном и нравственном совершенствовании.
2. Формирование навыков адаптации к жизни в обществе, профессиональной ориентации;
3. Формирование культурного здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья обучающихся;
4. Выявление и поддержка детей, проявивших выдающиеся способности в спорте.

Ожидаемый результат освоения **Программы по хоккею** является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков:
Ребенок будет знать:

- терминологию;
- историю мирового и отечественного хоккея;
- основные виды профилактики заболеваний и травм;
- правильность выполнения различных физических упражнений;
- основные и специальные элементы игры в хоккей.

Программа регламентирует организацию и планирование тренировочного процесса хоккеистов.

Программой определена следующая организация тренировочного процесса на этапах многолетней подготовки:

- на этапе начальной подготовки – 3 года;
- на тренировочном этапе – 5 года

Это обеспечивает единую целостность тренировочного процесса многолетней тренировки хоккеистов по мере роста спортивного мастерства спортсменов.

Нормативный срок реализации Программы – 8 лет.