

**КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МУРМАНСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 6»
(МАУ ДО СШ № 6)**

П Р И К А З

24 апреля 2023 года

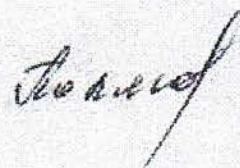
№ 86-од

**Об утверждении дополнительной образовательной программы
спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей»**

В соответствии с Федеральными законами от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями), от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями), приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16.11.2022 № 997 «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей» и на основании протокола согласования комитетом по физической культуре и спорту администрации города Мурманска от 14.04.2023 проекта дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей» **п р и к а з ы в а ю:**

1. Утвердить дополнительную образовательную программу спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей» (далее – Программа).
2. Ефремову А.В., заведующему отделением «Хоккей» актуализировать Программу в случае внесения изменений в нормативные акты Российской Федерации, Мурманской области, муниципального образования город Мурманск, открытия в учреждении групп на этапах совершенствования спортивного мастерства, этапах высшего спортивного мастерства
3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя директора по спортивной работе Комарницкую Светлану Евгеньевну.

Директор



Г.Н. Полякова

Приложение
к приказу МАУ ДО СШ № 6
от 24 апреля № 86-од

КОМИТЕТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА МУРМАНСКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 6»

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ
ПО ВИДУ СПОРТА «ХОККЕЙ»**

Мурманск,
2023 год

Содержание

	Пояснительная записка	4
I	Общие положения	6
II	Характеристика дополнительной образовательной программы по виду спорта «Хоккей»	8
	Специфика организации обучения	8
	Этап начальной подготовки	9
	Учебно-тренировочный этап	10
	Учебно-тренировочные занятия	12
	Учебно-тренировочные мероприятия	13
	Спортивные соревнования	14
	Работа по индивидуальным планам	15
	Годовой учебно-тренировочный план	15
	Календарный план воспитательной работы	17
	План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним	21
	Планы инструкторской и судейской практики	23
	Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств	24
III	Система контроля	27
	Требования к результатам освоения и условиям реализации Программы	27
IV	Рабочая программа по виду спорта «Хоккей»	32
	Комплексы упражнений по общей и специальной физической подготовке	33
	СФП для этапа начальной подготовки	34
	СФП для учебно-тренировочного этапа	35
	Техническая подготовка	36
	Тактическая подготовка	41
	Учебно-тематический план	45
V	Особенности осуществления спортивной подготовки	47
VI	Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей»	48
	Материально-технические условия реализации Программы	48
	Требования к экипировке, спортивному оборудованию и инвентарю	48
	Кадровые условия реализации Программы	50
	Уровень квалификации тренеров-преподавателей и иных работников организации	50
VII	Информационно-методическое обеспечение программы	52
	Приложение № 1. Годовой учебно-тренировочный план	56

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей» разработана на основании:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273–ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Федерального закона от 04.12. 2007 № 329 – ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Приказа Министерства спорта России от 3.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей», утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16.11.2022 № 997;
- Примерной дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей», утвержденная приказом Министерства спорта Российской Федерации от 19.12.2022 № 1267.
- Приказа Министерства спорта Российской Федерации от 27.01.2023 № 57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;
- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Правил вида спорта «Хоккей», утвержденных приказом Министерства спорта Российской Федерации от 18.08.2021 № 644;
- Положения о Единой всероссийской спортивной классификации, утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 19.12.2022 № 1255;
- Устава МАУ ДО СШ № 6.

Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей» представляет собой поэтапное изложение программного материала. В Программе определены объемы и сроки реализации Программы, виды и формы учебно-тренировочных занятий, годовой учебно-тренировочный план, планы воспитательной работы, инструкторской и судейской практики по этапам спортивной подготовки, план мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним, планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.

Также, в Программе подробным образом изложена рабочая программа по виду спорта по этапам спортивной подготовки, материально-технические и кадровые условия реализации программы, информационная и методическая составляющая учебно-тренировочного процесса. Программа предназначена

І. Общие положения

1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности с учётом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей», утвержденным приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16 ноября 2022 года № 997 (далее – ФССП).

2. Целью Программы является достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

Программа направлена на всестороннее физическое и нравственное развитие, физическое воспитание, совершенствование спортивного мастерства обучающихся посредством организации их систематического участия в спортивных мероприятиях, включая спортивные соревнования, в том числе в целях включения обучающихся в состав спортивных сборных команд муниципального образования город Мурманск, Мурманской области, Российской Федерации.

На обучение по настоящей Программе зачисляются дети с 8 лет, желающие заниматься спортом и не имеющие медицинских противопоказаний, имеющие письменное разрешение врача.

Программа является основным документом при организации и проведении учебно-тренировочных занятий по хоккею и содержит следующие предметные области: теория и методика физической культуры и спорта, общая физическая подготовка, избранный вид спорта, специальная физическая подготовка. В Программе даны конкретные методические рекомендации по организации и планированию учебно-тренировочной работы на этапах начальной подготовки и учебно-тренировочном (спортивной специализации), отбору и комплектованию учебных групп в зависимости от возраста, уровня развития физических и психофизиологических качеств и от специальных способностей обучающихся. При необходимости в программу допускается внесение изменений.

Среди ряда методических принципов выделяют следующие:

- **Принцип комплексности** предполагает тесную взаимосвязь всех сторон тренировочного процесса (все виды подготовки, воспитательной работы, восстановительных мероприятий и комплексного контроля) в оптимальном соотношении.

- **Принцип преемственности** определяет системность изложения программного материала по этапам годичного и многолетнего циклов и его соответствия требованиям совершенствования, при обеспечении

преимственности задач, методов и средств подготовки, объемов учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок, роста показателей уровня подготовленности.

- **Принцип вариативности** предусматривает вариативность программного материала в зависимости от этапа многолетней подготовки, возрастных индивидуальных особенностей обучающихся.

II. Характеристика дополнительной образовательной программы по виду спорта «Хоккей»

Специфика организации обучения

Хоккей относится к группе командных игровых видов спорта. Форма обучения очная. Формы проведения занятий: аудиторные (теоретические) и внеаудиторные. Формы промежуточной аттестации: контрольные нормативы (нормативы общей физической и специальной физической подготовки).

Система многолетней спортивной подготовки представляет собой единую организационную систему, обеспечивающую преемственность задач, средств, методов, форм подготовки обучающихся всех возрастных групп, которая основана на целенаправленной двигательной активности (оптимальное соотношение процессов тренировки, воспитания физических качеств и формирования двигательных умений, навыков и различных сторон подготовленности; рост объема средств общей и специальной физической подготовки, соотношение между которыми постоянно изменяется; строгое соблюдение постепенности в процессе наращивания нагрузок; одновременное развитие отдельных качеств в возрастные периоды, наиболее благоприятные для этого).

Современный хоккей развивается быстрыми темпами, постоянно повышаются требования к физической, технической, тактической и психологической подготовленности игроков, их моральным качествам. Все это требует постоянного поиска наиболее эффективных средств, методов тренировки и восстановления, рационального комплекса планирования, совершенствования форм и методов воспитательной работы.

Подготовку в хоккее рассматривают как целостную систему. Рассматривая подготовку обучающегося как систему, в ней выделяют несколько компонентов, которые в свою очередь, состоят из множества элементов.

В качестве основных компонентов системы спортивной подготовки рассматриваются:

- система спортивных соревнований;
- система учебно-тренировочных мероприятий;
- система факторов повышения эффективности тренировочной и соревновательной деятельности.

В спортивной школе применяются следующие формы обучения по Программе:

- очная;
- очная с применением дистанционных технологий (дистанционные технологии обучения применяются при возникновении ситуаций угрозы жизни и здоровью занимающихся (эпидемии, режим повышенной готовности), а также при отсутствии материально-технической базы по производственным причинам (ремонтные работы, соревновательная деятельность).

Все компоненты системы подготовки взаимосвязаны и дополняют друг друга.

Организм человека представляет собой сложную биологическую и социальную систему, которая находится в состоянии постоянного взаимодействия с окружающей средой и только благодаря этой связи, способна существовать как целостная система. Поэтому, рассматривая подготовку обучающегося как систему, тренер-преподаватель не должен забывать, что неотъемлемым условием нормальной жизнедеятельности человека является удовлетворение его естественных биологических и социальных потребностей. На процесс подготовки обучающегося влияет множество факторов, связанных с условиями жизни человека в обществе (материальный уровень жизни, бытовые условия, экологические и климатогеографические условия окружающей среды и многие другие).

Чем выше уровень спортивных достижений, тем сложнее структура и содержание подготовки обучающегося. Приспособление системы подготовки к выполнению специфических функций осуществляется посредством увеличения количества элементов их дифференциации и специализации.

Программа реализуется для детей и взрослых.

В программе излагается учебный материал для групп этапа начальной подготовки и учебно-тренировочного этапа (этап спортивной специализации).

Этап начальной подготовки

В группы начальной подготовки (НП) зачисляются лица, желающие заниматься хоккеем и имеющие медицинское заключение о состоянии здоровья с указанием возможности заниматься хоккеем, прошедшие предварительный отбор.

К учебно-тренировочным занятиям на этапе начальной подготовки допускаются дети от 8 лет.

Задачи на этапе начальной подготовки:

- формирование стойкого интереса к занятиям по хоккею;
- всестороннее гармоничное развитие двигательных способностей;
- укрепление здоровья, закаливание организма;
- воспитание физических качеств: быстроты, гибкости и координационных качеств;
- разучивание основных приемов техники, а также индивидуальных и групповых тактических действий;
- овладение основам соревновательной деятельности по хоккею.

Критериями успешности прохождения обучающимися данного этапа являются:

- динамика роста индивидуальных показателей физической подготовленности;
- отбор перспективных обучающихся для дальнейших занятий хоккеем;
- достаточный уровень освоения основ техники по хоккею.

Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации).

К учебно-тренировочным занятиям на учебно-тренировочном этапе допускаются дети с 11 лет.

На учебно-тренировочный этап зачисляются обучающиеся, прошедшие этап начальной подготовки. Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) проводится в учебно-тренировочных группах (УТ). Зачисляются только здоровые и практически здоровые обучающиеся, прошедшие не менее трех лет необходимую подготовку (на этапе начальной подготовки), при условии выполнения ими контрольных нормативов по общей физической, специальной физической, технической подготовке. На учебно-тренировочном этапе решаются задачи, для периодов начальной и углубленной специализации отдельно.

Задачи начальной специализации:

- воспитание физических качеств: быстроты, гибкости, координации и выносливости;
- овладение приемами техники хоккея и ее совершенствование в усложненных условиях;
- разучивание индивидуальных и групповых тактических действий в атаке и обороне и их совершенствование в игровых условиях;
- освоение соревновательной деятельности.

Задачи углубленной специализации:

- воспитание специальных физических качеств: силовых, скоростных, координационных и специальной выносливости;
- разучивание сложных приемов техники и совершенствование ранее освоенных в игровых условиях;
- освоение индивидуальных, групповых и командных тактических действий в атаке и обороне;
- совершенствование соревновательной деятельности обучающихся с учетом их индивидуальных особенностей и игрового амплуа;
- формирование умения готовиться к игре, управлять своим состоянием в ходе матча и восстанавливаться после матча.

Критериями успешности прохождения обучающимися данного этапа являются:

- оптимальный уровень физической подготовленности обучающихся;
- динамика роста уровня общей и специальной физической, технико-тактической и психологической подготовки обучающихся;
- оптимальный уровень освоения объемов тренировочных нагрузок, предусмотренных программой;
- формирование спортивной мотивации;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях.

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, по отдельным этапам, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки

Этапы спортивной подготовки	Продолжительность этапов (в годах)	Минимальный возраст для зачисления в группы (лет)*	Наполняемость групп (человек)
Этап начальной подготовки	3	8	14
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	11	10

* минимальный возраст при зачислении или переводе обучающегося с этапа на этап спортивной подготовки и минимальная наполняемость при комплектовании учебно-тренировочных групп

На этап НП зачисляются дети, достигшие 8-летнего возраста, желающие заниматься хоккеем, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям, выполнившие нормативы по общей и специальной физической подготовке, на основе письменного заявления родителей (законных представителей) и наличия медицинского заключения о допуске к занятиям.

В группы УТ этапа зачисляются обучающиеся, достигшие 11-летнего возраста, прошедшие начальную подготовку, выполнившие нормативы по общефизической и специальной подготовке для зачисления на УТ этап, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям хоккеем и выполнившие спортивные разряды в соответствии с ФССП.

При комплектовании учебно-тренировочных групп учитываются:

- возраст обучающихся;
- спортивные разряды/спортивные звания;
- объем недельной тренировочной нагрузки;
- выполнение нормативов по общей и специальной физической подготовке;
- наличие у обучающегося в установленном порядке медицинского заключения о допуске к занятиям видом спорта «Хоккей» на каждом этапе спортивной подготовки;
- перевод обучающихся из других организаций при условии:
 - предоставления родителями (законными представителями) обучающегося справки с указанием наименования, периода освоения Программы, даты и номера приказа о присвоении спортивного разряда или спортивного звания (при наличии);
 - выполнения нормативов для зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки;

- соответствие возраста обучающегося возрасту для зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.

Таблица 2

Объём дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	до года	свыше года	До 2-х лет	свыше 2-х лет
Количество часов в неделю	6	8	12	16
Общее количество часов в год	312	416	624	832

Учебно-тренировочные занятия

Основные формы учебно-тренировочных занятий:

- индивидуальные учебно-тренировочные занятия;
- групповые учебно-тренировочные занятия;
- теоретические занятия;
- практические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- медико-восстановительные мероприятия;
- инструкторская и судейская практика.

Продолжительность одного учебно-тренировочного занятия устанавливается в часах и не должна превышать:

- на этапе НП – 2 часов;
- на УТ этапе – 3 часов.

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна составлять более восьми часов.

В часовой объем учебно-тренировочного занятия входят теоретические, практические, восстановительные, медико-биологические мероприятия, инструкторская и судейская практика.

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса на период выезда тренера-преподавателя на спортивные соревнования, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), его временной нетрудоспособности, отпуска допускается объединение на временной основе учебно-тренировочных групп для проведения учебно-тренировочных занятий при соблюдении следующих условий:

- не превышения разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий;
- не превышения единовременной пропускной способности спортивного сооружения;
- обеспечения требований по соблюдению техники безопасности.

В структуре каждого учебно-тренировочного занятия, как правило, выделяют три составные части: подготовительную (разминку), основную и заключительную. Каждая из этих частей имеет свои особые задачи и содержание, на них отводится определённое время.

Учебно-тренировочные мероприятия

Учебно-тренировочные мероприятия – мероприятия, включающие в себя теоретическую и организационную части, и другие мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям.

Учебно-тренировочные мероприятия (сборы) проводятся спортивной школой в целях качественной подготовки обучающихся и повышения их спортивного мастерства. Направленность, содержание и продолжительность учебно-тренировочных мероприятий (сборов) определяется в зависимости от уровня подготовленности обучающихся, задач и ранга предстоящих или прошедших спортивных соревнований с учетом классификации учебно-тренировочных мероприятий (сборов).

Таблица 3

Перечень учебно-тренировочных мероприятий

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество дней)	
		Этап начальной подготовки	Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)
1. Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к спортивным соревнованиям			
1.1.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к международным спортивным соревнованиям	–	–
1.2.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к чемпионатам России, кубкам России, первенствам России	–	14
1.3.	Учебно-тренировочные мероприятия по к другим всероссийским спортивным соревнованиям	–	14
1.4.	Учебно-тренировочные мероприятия по подготовке к официальным спортивным соревнованиям субъекта Российской Федерации	–	14
2. Специальные учебно-тренировочные мероприятия			
2.1	Учебно-тренировочные мероприятия по общей и/или специальной физической подготовке	–	14
2.2.	Восстановительные мероприятия	–	–
2.3.	Мероприятия для комплексного медицинского обследования	–	–
2.4.	Учебно-тренировочные мероприятия в каникулярный период	до 21 дня подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год	
2.5.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	–	до 60 суток

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса формируется количественный состав обучающихся для участия в учебно-тренировочных мероприятиях (сборах) с учетом планирования участия обучающихся в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях, включенных в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, а также в календарные планы субъектов Российской Федерации и муниципальных образований, в соответствии с положениями (регламентами) об их проведении, но не более 1,5-кратного численного состава команды.

Спортивные соревнования

Спортивное соревнование – состязание среди спортсменов в целях выявления лучших команд, проводимое по утвержденному организатором положению (регламенту).

Требования к участию в спортивных соревнованиях обучающихся:

- соответствие возраста, пола и уровня спортивной квалификации обучающихся положениям (регламентам) об официальных спортивных соревнованиях согласно Единой всероссийской спортивной классификации и правилам вида спорта «хоккей»;
- наличие медицинского заключения о допуске к участию в спортивных соревнованиях;
- соблюдение общероссийских антидопинговых правил и антидопинговых правил, утвержденных международными антидопинговыми организациями.

Спортивная школа направляет обучающихся и лиц, осуществляющих спортивную подготовку, на спортивные соревнования на основании утвержденного плана физкультурных и спортивных мероприятий, формируемого в том числе в соответствии с Единым календарным планом межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий, и соответствующих положений (регламентов) об официальных спортивных соревнованиях.

Спортивная школа обязана знакомить обучающихся, участвующих в спортивных соревнованиях, под роспись с нормами, утвержденными общероссийской спортивной федерации по виду спорта «Хоккей», правилами по виду спорта «Хоккей», положениями (регламентами) о спортивных соревнованиях, антидопинговыми правилами.

Таблица 4

Объём соревновательной деятельности

Виды спортивных соревнований, игры	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	до года	свыше года	до двух лет	свыше двух лет
Юноши (мужчины)				
Контрольные	–	2	2	3

Отборочные	–	–	–	–
Основные	–	–	1	1
Игры	–	15	30	36
Девушки (женщины)				
Контрольные	–	2	2	2
Отборочные	–	–	–	–
Основные	–	–	1	1
Игры	–	7	24	26

Работа по индивидуальным планам

Работа по индивидуальным планам спортивной подготовки может осуществляться и на всех этапах спортивной подготовки в период проведения учебно-тренировочных мероприятий, участия в спортивных соревнованиях.

Для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса тренеры-преподаватели составляют индивидуальные учебно-тренировочные планы для обучающихся, включенных в списки кандидатов в спортивную сборную команду Мурманской области по виду спорта «Хоккей».

При составлении индивидуального плана учитываются уровень развития и степень реализации индивидуальных возможностей обучающегося, его сильные и слабые стороны подготовленности.

Годовой учебно-тренировочный план

К условиям реализации Программы относится трудоёмкость Программы (объёмы времени на её реализацию) с обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп.

Программа рассчитывается на 52 недели в год.

Учебно-тренировочный процесс в спортивной школе ведется в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом (включая период самостоятельной подготовки по индивидуальным планам спортивной подготовки для обеспечения непрерывности учебно-тренировочного процесса).

При включении в учебно-тренировочный процесс самостоятельной подготовки её продолжительность составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом спортивной школы.

Годовой учебно-тренировочный план определяет объём учебно-тренировочной нагрузки по видам спортивной подготовки и иным мероприятиям, распределяет учебно-тренировочное время, отводимое на их освоение по этапам спортивной подготовки и по годам обучения.

Годовой учебно-тренировочный план указан в Приложении № 1 к Программе.

**Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий
в структуре учебно-тренировочного процесса
на этапах спортивной подготовки**

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки			
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
		до года	свыше года	до двух лет	свыше двух лет
1.	Общая физическая подготовка (%)	22-24	16-18	10-11	9-10
2.	Специальная физическая подготовка (%)	4-6	4-6	10-11	9-11
3.	Участие в спортивных соревнованиях (%)	–	5-7	15-16	15-16
4.	Техническая подготовка (%)	33-34	27-28	15-16	11-12
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка (%)	12-15	14-16	15-19	17-20
6.	Инструкторская и судейская практика (%)	–	–	–	3-4
7.	Медицинские, медико- биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль (%)	24-26	29-30	30-32	31-32

Начало учебного года – 1 сентября, окончание – 31 августа.

Занятия начинаются не ранее 08:00 часов утра и заканчиваются не позднее 21:00 часа.

Учебно-тренировочный процесс проводится в соответствии с учебно-тренировочным планом круглогодичной подготовки, рассчитанным исходя из астрономического часа (60 минут).

Тренеры-преподаватели организуют учебно-тренировочный процесс на основе следующих видов планирования:

- перспективного, позволяющего определить сроки реализации Программы с учётом олимпийского цикла;
- ежегодного, позволяющего составить план проведения групповых и индивидуальных учебно-тренировочных занятий, промежуточной и итоговой аттестации;
- ежеквартального, позволяющего спланировать работу по проведению индивидуальных учебно-тренировочных занятий, самостоятельную работу обучающихся по индивидуальным планам, учебно-тренировочные мероприятия (сборы), участие в спортивных соревнованиях и иных физкультурных мероприятиях;
- ежемесячного, составляемого не позднее чем за месяц до планируемого срока проведения учебно-тренировочных занятий, включающего

инструкторскую и судейскую практику, а также медико-восстановительные и другие мероприятия.

Календарный план воспитательной работы

Воспитательная работа с обучающимися носит систематический и планомерный характер. Она теснейшим образом связана с учебно-тренировочным процессом и проводится повседневно на учебно-тренировочных занятиях, соревнованиях и в свободное время на основе предварительно разработанного плана. План включает в себя следующие разделы: гуманитарное, патриотическое, трудовое, нравственное и эстетическое воспитание, формирование здорового коллектива.

В качестве средств и форм воспитательного воздействия используют учебно-тренировочные занятия, лекции, собрания, беседы, встречи с интересными людьми, культпоходы, конкурсы, субботники, наставничество опытных спортсменов.

Методами воспитания служат убеждение, поощрение, личный пример, требование, наказание.

В решении задач гуманитарно-духовного воспитания используются преимущественно методы убеждения и личного примера.

Патриотическое воспитание ведется на основе изучения материалов о ВОВ, встреч с воинами-ветеранами, посещения памятников боевой славы.

Наиболее важным в формировании обучающегося является воспитание трудолюбия, добросовестного отношения к учебно-тренировочной и соревновательной деятельности, а также к общественно-полезному труду.

В решении этой важной задачи ведущее место занимают методы упражнений и приучения, реализуемые на основе требований, принуждения и контроля за выполнением. Для воспитания устойчивых привычек к труду и к преодолению трудностей в учебно-тренировочном процессе практикуют постоянное усложнение упражнений и заданий, тренировочные нагрузки, силовые единоборства, объемные самостоятельные занятия по совершенствованию технико-тактического мастерства. Эффективность в воспитании трудолюбия зависит также от разумного использования методов поощрения и наказания.

Главной целью воспитательной работы является воспитание личности, развитие физических возможностей человека, приобретение им умений и знаний в области физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека с высоким уровнем физической культуры, а также воспитание высоких моральных и нравственных качеств, чувства патриотизма, волевых качеств у обучающихся.

Эффективность воспитательной работы во многом определяется проведением воспитательных мероприятий:

- торжественный прием вновь поступивших;
- просмотр соревнований и их обсуждение;
- регулярное подведение итогов спортивной и образовательной деятельности обучающихся;
- проведение праздников;

- встречи со знаменитыми людьми;
- тематические диспуты и беседы;
- трудовые сборы и субботники;
- оформление стендов и газет.

В решении задач воспитательной работы важное место занимает самовоспитание обучающегося. Самовоспитание включает принятие самим спортсменом обязательств по исправлению или совершенствованию комплекса его качеств и свойств. Особенно важное значение имеет самовоспитание морально-волевых и нравственных качеств.

Специфика воспитательной работы состоит в том, что тренер-преподаватель проводит ее во время учебно-тренировочных занятий и дополнительно на учебно-тренировочных сборах, соревнованиях и в спортивно-оздоровительных лагерях.

Главной функцией воспитания является обучение правилам жизни. В эту функцию входит и передача опыта социального профессионального поведения, и формирование необходимых (с позиций уровня общественной культуры) качеств, свойств, привычек личности и развитие ее способностей (нравственных умений различать добро и зло; творческих – умений проявлять свои задатки и способности) и решение частных воспитательных задач:

1. Воспитание волевых качеств личности;
2. Воспитание спортивного трудолюбия;
3. Интеллектуальное воспитание – овладение специальными знаниями в области теории и методики тренировки;
4. Воспитание чувства ответственности за порученное дело;
5. Воспитание бережного отношения к инвентарю и к собственности учреждения;
6. Самовоспитание обучающегося – сознательная деятельность, направленная на совершенствование собственной личности.

Основная роль в воспитательной работе отводится тренеру-преподавателю и является обязательной составной частью учебно-тренировочного процесса наряду с воспитанием и развитием физических качеств обучающихся.

Воспитательные средства, используемые на работе:

- личный пример и педагогическое мастерство тренера-преподавателя;
- высокая организация учебно-тренировочного процесса;
- атмосфера трудолюбия и взаимопомощи;
- дружный коллектив.

Немаловажное значение имеет работа с родителями – встречи, беседы родителей с тренерами-преподавателями и администрацией учреждения; родительские собрания; индивидуальные консультации с медиком; участие родителей в мероприятиях, посвященных праздничным датам совместно с детьми.

Кроме воспитания у обучающихся понятия об общечеловеческих ценностях, необходимо серьезное внимание обратить на этику спортивного

поведения на площадке. Здесь важно сформировать у обучающихся должное отношение к запрещенным действиям (допинг, неспортивное поведение, взаимоотношения игроков, тренеров, судей и зрителей). Перед матчем игроков настраивают не только на достижение победы, но и проявление на игре морально-волевых качеств. Турниры являются средством контроля за успешностью воспитательной работы в команде. Наблюдая за особенностями поведения и высказываниями обучающихся во время игр, тренер-преподаватель может сделать вывод о сформированности у них необходимых качеств.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	Профориентационная деятельность		
	Судейская практика	Участие в спортивных соревнованиях различного уровня, в рамках которых предусмотрено: - практическое и теоретическое изучение и применение правил вида спорта и терминологии, принятой в виде спорта; - приобретение навыков судейства и проведения спортивных соревнований в качестве помощника спортивного судьи и (или) помощника секретаря спортивных соревнований; - приобретение навыков самостоятельного судейства спортивных соревнований; - формирование уважительного отношения к решениям спортивных судей	В течение года
	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя - преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в соответствии с поставленной задачей; - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе	В течение года
2.	Здоровьесбережение		
	Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни	Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено: - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов);	В течение года

		- подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта	
	Режим питания и отдыха	Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся: - формирование навыков правильного режима дня с учетом спортивного режима (продолжительности учебно-тренировочного процесса, периодов сна, отдыха, восстановительных мероприятий после тренировки, оптимальное питание, профилактика переутомления и травм, поддержка физических кондиций, знание способов закаливания и укрепления иммунитета)	В течение года
3.	Патриотическое воспитание обучающихся		
	Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма, чувства ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, уважение государственных символов (герб, флаг, гимн), готовность к служению Отечеству, его защите на примере роли, традиций и развития вида спорта в современном обществе, легендарных спортсменов в Российской Федерации, в регионе, культура поведения болельщиков и спортсменов на соревнованиях)	Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением именитых спортсменов, тренеров и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки	В течение года
	Практическая подготовка (участие в	Участие в: - физкультурных и спортивно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях, в	В течение года

	физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	том числе в парадах, церемониях открытия (закрытия), награждения на указанных мероприятиях - тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки	
4.	Развитие творческого мышления		
	Практическая подготовка (формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов)	Семинары, мастер-классы, показательные выступления для обучающихся, направленные на: - формирование умений и навыков, способствующих достижению спортивных результатов; - развитие навыков юных спортсменов и их мотивации к формированию культуры спортивного поведения, воспитания толерантности и взаимоуважения; - правомерное поведение болельщиков; - расширение общего кругозора юных спортсменов	В течение года

План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним

На сегодняшний день применение допинга стало одной из самых актуальных проблем в мировом спортивном движении. Понятие «допинг» введено в спорт в 1865 году, и долгое время связывалось со стимуляцией лошадей при проведении скачек.

Первоначально под допингом понималось использование субстанций, искусственно повышающих эффективность выступлений. Наиболее полной можно считать определение допинга, данное Международным конгрессом по спортивной медицине (Страсбург, 1965 год): «Допинг – это введение в организм человека любым путем вещества, чуждого этому организму, какой-либо физиологической субстанции в ненормальном количестве или какого-либо вещества неестественным путем для того, чтобы искусственно и нечестно повысить результат спортсмена во время выступления на соревнованиях». В узком смысле слова, данное определение не потеряло своего значения и сегодня, хотя с точки зрения противодействия нечестным подходам к достижению высоких спортивных результатов является неполным и недостаточным. Организация, ориентированная исключительно на работу по противодействию допингу в спорте во всем мире – Всемирное антидопинговое агентство (ВАДА).

Всемирный антидопинговый Кодекс ВАДА определяет допинг как нарушение одного или нескольких антидопинговых правил. К нарушениям антидопинговых правил Кодекс ВАДА относит:

- наличие запрещенной субстанции, или ее метаболитов, или маркеров в пробе, взятой у спортсмена;

- использование или попытка использования спортсменом запрещенной субстанции или запрещенного метода;
- отказ или не предоставление проб без уважительной причины после получения официального уведомления или любое другое уклонение от сдачи проб;
- нарушение существующих требований относительно доступности спортсмена для взятия у него проб во время внесоревновательного периода, включая не предоставление информации о местонахождении спортсмена и пропуски тестов;
- фальсификация или попытка фальсификации в любой составляющей допинг-контроля;
- обладание запрещенными субстанциями и запрещенными методами;
- распространение или попытка распространения запрещенной субстанции или запрещенного метода;
- назначение или попытка назначения спортсмену запрещенного метода или запрещенной субстанции, помощь, потворство, подстрекательство, пособничество, сокрытие или любой другой вид соучастия.

Кодекс ВАДА принимает правило строгой ответственности, введенное антидопинговым кодексом олимпийского движения. Согласно данному принципу, ответственность лежит на спортсмене, поэтому обнаружение в пробе спортсмена запрещенной субстанции всегда определяется как нарушение антидопинговых правил.

При работе с обучающимися применяют доступную форму подачи материала с активным использованием фактов, цифр, жизненных примеров из разных видов спорта. Использование плакатов, фильмов, презентаций, наглядных пособий, в том числе медицинских макетов, демонстрирующих последствия применения допинга для здоровья, позволит более эффективно донести до обучающихся материал. Делается акцент на этические принципы, повышение значимости честного спорта, уважение соперника, отойти от принципа «победа любой ценой».

Основная цель антидопинговых мероприятий – сформировать у обучающихся понимание ценности здорового образа жизни, критическое отношение к зависимому поведению; предотвратить использования допинга в спортивной среде.

В целях повышения уровня осведомленности обучающихся в вопросах антидопинга проводятся беседы.

Темы:

- 1) последствия применения допинга для здоровья;
- 2) последствия применения допинга для (спортивной) карьеры;
- 3) антидопинговые правила;
- 4) принципы честной игры.

План антидопинговых мероприятий

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятия
Этап начальной подготовки	Веселые старты	1-2 раза в год	Составление отчета о проведении мероприятия.
	Знакомство с международным стандартом «Запрещенный список»	1 раз в месяц	Обучение навыкам проверки лекарственных препаратов (самостоятельная проверка)
	Повышение осведомленности спортсменов об опасности допинга для здоровья	Регулярно, во время учебно-тренировочного занятия	
	Антидопинговая викторина	В соответствии с планом воспитательной работы	Разработка плана, отчета о мероприятии
	Онлайн-обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	
	Семинар для тренеров «Виды нарушений антидопинговых правил», «Роль тренера в процессе формирования антидопинговой культуры»	1-2 раза в год	
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Ознакомление с порядком проведения допинг - контроля и антидопинговыми правилами	1-2 раза в год, во время учебно-тренировочных занятий	
	Онлайн-обучение на сайте РУСАДА	1 раз в год	
	Семинар для спортсменов и тренеров «Профилактика допинга», «Проверка лекарственных средств»	1,2 раза в год	
	Антидопинговая викторина	В соответствии с планом воспитательной работы в школе	Составление плана, отчета мероприятия
	Родительское собрание Роль родителей в формировании антидопинговой культуры	1 раз в год	
	Формирование критического отношения к допингу, «Чистый спорт» Семинары, конференции, вебинары	В течение учебно-тренировочного года	Взаимодействие между школами

Планы инструкторской и судейской практики

Инструкторская и судейская практика направлена на освоение элементарных умений и навыков ведения учебной работы и судейства соревнований. Она проводится с обучающимися учебно-тренировочных групп. Обучающиеся этих групп готовятся к роли инструктора, помощника тренера-преподавателя в организации и проведении занятий и соревнований в качестве судей.

В содержание учебной работы входит освоение следующих умений и навыков:

1. знание терминологии, принятой в хоккее;
2. подача команд на организацию занятий, построение и перестроение группы на месте и в движении;
3. умение наблюдать и анализировать выполнение приемов игры обучающимися;
4. определить ошибку при выполнении приема партнером и указать пути ее исправления;
5. составить комплекс упражнений по проведению разминки.

Для получения звания судьи по спорту необходимо всем обучающимся освоить следующие умения и навыки:

1. Составить положение о проведении соревнований на первенство учреждения по хоккею.
2. Умение вести судейскую документацию.
3. Участвовать в судействе учебных игр совместно с тренером-преподавателем.
4. Судейство учебных игр в качестве помощника главного судьи в поле.
5. Участвовать в судействе официальных игр в составе судейской группы.
6. Судить игры в качестве помощника главного судьи.

Таблица 7

Инструкторская и судейская практика*

* на Учебно-тренировочном этапе

№ п/п	Задачи	Виды практических заданий	Сроки реализации
1.	Освоение методики проведения учебно-тренировочных занятий по хоккею с начинающими спортсменами	1. Самостоятельное проведение подготовительной части учебно-тренировочного занятия. 2. Самостоятельное проведение занятий по физической подготовке. 3. Обучение основным техническим элементам и приёмам. 4. Составление комплексов упражнений для развития физических качеств. 5. Подбор упражнений для совершенствования техники. 6. Ведение дневника самоконтроля учебно-тренировочных занятий.	Устанавливаются в соответствии с графиком и спецификой этапа спортивной подготовки
2.	Освоение методики проведения спортивно-массовых мероприятий	Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий под руководством тренера.	
3.	Освоение обязанностей судьи, секретаря	Судейство соревнований.	

Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств

Спортивная школа осуществляет медицинское обеспечение обучающихся по Программе, в том числе организация систематического медицинского контроля.

Основанием для допуска обучающегося к учебно-тренировочным занятиям является:

- на этапе начальной подготовки – медицинское заключение с установленной первой или второй группой здоровья, выданное по результатам профилактического медицинского осмотра или диспансеризации согласно возрастной группе;
- на учебно-тренировочном этапе – медицинского заключения о допуске к учебно-тренировочным занятиям и к участию в спортивных соревнованиях.

Таблица 8

**План применения восстановительных средств и мероприятий
на этапах спортивной подготовки**

Предназначение	Задачи	Средства и мероприятия	Методические указания
Этап начальной подготовки			
Развитие физических качеств с учетом специфики вида спорта, физическая, техническая, тактическая подготовка.	Восстановление функционального состояния организма и работоспособности	Педагогические: рациональное чередование нагрузок на учебно-тренировочном занятии в течение дня и в циклах подготовки Ежедневно: гигиенический душ, закаливающие водные процедуры. Сбалансированное питание.	Чередование различных видов нагрузок, облегчающее восстановление по механизму активного отдыха, проведение занятий в игровой форме.
Учебно-тренировочный этап (спортивной специализации)			
Перед тренировочным занятием, соревнованием.	Мобилизация готовности к нагрузкам, повышение роли разминки, предупреждение перенапряжения и травм. Рациональное построение тренировки и соответствие её объёмам и интенсивности.	Упражнения на растяжение	3 мин.
		Разминка	10-20 мин
		Массаж	5-15 мин.
		Активизация мышц Психорегуляция мобилизующей направленности	Растирание Массажным полотенцем с подогретым пихтовым маслом, 3 мин.
Во время учебно-тренировочного занятия, соревнования.	Предупреждение общего, локального переутомления, перенапряжения.	Чередование тренировочных нагрузок по характеру и интенсивности.	В процессе тренировки
		Восстановительный массаж, возбуждающий и точечный массаж в сочетании с классическим (встряхивание, разминание)	3-8 мин.
		Психорегуляция мобилизующей направленности	3 мин.
Сразу после учебно-тренировочного занятия, соревнования.	Восстановление функции кардиореспир. системы, лимфоциркуляции, тканевого обмена.	Комплекс восстановительных упражнений – ходьба, дыхательные упражнения, душ – теплый/прохладный.	8-10 мин.
Через 2-4 часа после учебно-		Локальный массаж, массаж мышц спины.	8-10 мин.

тренировочного занятия.	Ускорение восстановительного процесса.	Душ – теплый, умеренно холодный, теплый.	5-10 мин.
		Психорегуляция	Саморегуляция, гетерорегуляция
В середине микроцикла, в соревнованиях и в свободный от игр день.	Восстановление работоспособности, профилактика перенапряжений.	Упражнения ОФП восстановительной направленности	Восстановительная тренировка
		Сауна, общий массаж.	После восстановительной тренировки.
После микроцикла, соревнований.	Физическая и психологическая подготовка к новому циклу тренировок, профилактика перенапряжений	Упражнения ОФП восстановительной направленности.	Восстановительная тренировка.
		Сауна, общий массаж.	После восстановит. тренировки
		Психорегуляция	Саморегуляция, гетерорегуляция.
После макроцикла, соревнований.	Физическая и психологическая подготовка к новому циклу нагрузок профилактика переутомления.	Средства те же, что и после микроцикла, применяются в течение нескольких дней.	Восстановительные тренировки ежедневно.
		Сауна	1 раз в 3-5 дней
Перманентно.	Обеспечение биоритмических, энергетических, восстанов. процессов.	Сбалансированное питание, витаминизации, щелочные минеральные воды, БАДы.	4500-5500 ккал/день, режим сна, аутогенная саморегуляция.

III. Система контроля

Требования к результатам освоения и условиям реализации программы

Результатом освоения программы по хоккею является приобретение обучающимися следующих знаний, умений и навыков в предметных областях:

1) в области теории и методики физической культуры и спорта:

- история развития хоккея;
- место и роль физической культуры и спорта в современном обществе;
- основы спортивной подготовки и учебно-тренировочного процесса;
- основы законодательства в сфере физической культуры и спорта: правила хоккея, требования, нормы и условия их выполнения для присвоения спортивных разрядов по хоккею;
- антидопинговые правила, утвержденные международными антидопинговыми организациями;
- предотвращение противоправного влияния на результаты официальных спортивных соревнований и об ответственности за такое противоправное влияние;
- необходимые сведения о строении и функциях организма человека;
- гигиенические знания, умения и навыки;
- режим дня, закаливание организма, здоровый образ жизни;
- основы спортивного питания;
- требования к спортивной экипировке;
- требования техники безопасности при занятиях хоккеем.

2) в области общей и специальной физической подготовки:

- освоение комплексов физических упражнений;
- развитие основных физических качеств (выносливости, ловкости, быстроты, силы, координации) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий хоккеем;
- укрепление здоровья, повышение уровня физической работоспособности и функциональных возможностей организма, содействие гармоничному физическому развитию.

3) в области избранного вида спорта:

- овладение техникой и тактикой хоккея;
- приобретение соревновательного опыта путем участия в спортивных соревнованиях;
- повышение уровня функциональной подготовленности;
- освоение соответствующих возрасту, полу и уровню подготовленности обучающихся учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок;
- выполнение требований, норм и условий их выполнения для присвоения «Первого юношеского разряда» по хоккею.

4) в области других видов спорта и подвижных игр:

- умение точно и своевременно выполнять задания, связанные с обязательными для всех в подвижных играх правилами;
- умение развивать профессионально необходимые физические качества средствами других видов спорта и подвижных игр;
- умение соблюдать требования техники безопасности при самостоятельном выполнении упражнений;
- навыки сохранения собственной физической формы.

Результатом реализации программы на этапе начальной подготовки является:

- формирование устойчивого интереса к занятиям физической культурой и спортом;
- получение общих теоретических знаний о физической культуре и спорте, в том числе о виде спорта «хоккей»;
- формирование двигательных умений и навыков, в том числе в виде спорта «хоккей»;
- повышение уровня физической подготовленности и всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья.

В качестве основных критериев для перевода по годам обучения следует учитывать: состояние здоровья и уровень физического развития, освоение элементов технической подготовки, выполнение контрольных нормативов по общей физической, специальной физической подготовке, техническому мастерству освоение предусмотренного программой объема тренировочных и соревновательных нагрузок по годам обучения, выполнение разрядных требований.

В качестве критериев эффективности реализации программы учитываются:

- стабильность состава обучающихся (контингента);
- динамика прироста индивидуальных показателей физической подготовленности обучающихся;
- уровень освоения основ техники в избранном виде спорта.

Результатом реализации программы на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- формирование устойчивого интереса к занятиям видом спорта «хоккей»;
- формирование разносторонней общей и специальной физической подготовленности, а также теоретической, технической, тактической и психологической подготовленности, соответствующей виду спорта «хоккей»;
- обеспечение участия в официальных спортивных соревнованиях и формирование навыков соревновательной деятельности;
- укрепление здоровья.

На учебно-тренировочном этапе (спортивной специализации) могут привлекаться дополнительно к основному тренеру-преподавателю другие тренеры и специалисты, непосредственно обеспечивающие учебно-тренировочный процесс.

Используемая материально-техническая база, инфраструктура и иные условия:

- наличие тренировочного спортивного зала;
- наличие ледовой арены;
- наличие раздевалок, душевых;
- осуществление медицинского обеспечения обучающихся, в том числе организация медицинских осмотров;
- обеспечение оборудованием и спортивным инвентарём, необходимыми для проведения учебно-тренировочного процесса.

Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой спортивной школой, на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками, а также с учетом результатов участия обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации. Выделяют текущую, промежуточную и итоговую аттестацию спортсменов. Текущий контроль позволяет регулярно оценивать выполнение образовательной программы по виду спорта.

Для оценки результатов освоения Программы обучающиеся проходят промежуточную аттестацию в форме контрольных нормативов: нормативы общей физической, специальной физической подготовки. Промежуточная аттестация проводится не реже одного раза в год.

Перенос сроков проведения промежуточной аттестации на следующий спортивный сезон допускается по решению спортивной школы с учётом позиции регионального центра спортивной подготовки в случае невозможности её проведения для обучающегося по причине его болезни (временной нетрудоспособности), травмы.

В случае, если на одном из этапов спортивной подготовки результаты прохождения спортивной подготовки не соответствуют требованиям, установленным Программой, обучающийся отчисляется на данном этапе спортивной подготовки. По заявлению обучающегося или одного из родителей (законных представителей) несовершеннолетнего обучающегося возможен перевод такого обучающегося на спортивно-оздоровительный этап.

Итоговая аттестация позволяет определить соответствие уровня подготовки выпускников требованиям Программы.

Оформление результатов промежуточной и итоговой аттестации, а также подведение итогов и установление уровня освоения Программы осуществляются в соответствии с Положением о формах, периодичности и порядке проведения текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся в спортивной школе.

Таблица 9

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки
по виду спорта «хоккей»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 20 м	с	не более	
			4,5	5,3
1.2.	Прыжок в длину с места с толчком двумя ногами	см	не менее	
			135	125
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	количество раз	не менее	
			15	10
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег на коньках 20 м	с	не более	
			4,8	5,5
2.2.	Бег на коньках челночный 6х9 м **	с	не более	
			17,0	18,5
2.3.	Бег на коньках спиной вперед 20 м	с	не более	
			6,8	7,4
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	не более	
			13,5	14,5
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	не более	
			15,5	17,5

Таблица 10

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки,
уровень спортивной квалификации (спортивные разряды)
для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап
(этап спортивной специализации)
по виду спорта «хоккей»**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег 30 м	с	не более	
			5,5	5,8
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			160	160
1.3.	Подтягивания из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			5	–
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу	количество раз	не менее	
			–	12
1.5.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			5,50	6,20
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег на коньках 30 м	с	не более	

			5,8	6,4
2.2.	Бег на коньках челночный 6x9 м	с	не более	
			16,5	17,5
2.3.	Бег на коньках спиной вперед 30 м	с	не более	
			7,3	7,9
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	не более	
			12,5	13,0
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	не более	
			14,5	15,0
2.6.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря	с	не более	
			42	45
2.7.	Бег на коньках по малой восьмёрке лицом и спиной вперёд в стойке вратаря	с	не более	
			43	47
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (до двух лет)		Не устанавливается	
3.2.	Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше двух лет)		Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд»	

IV. Рабочая программа по виду спорта «Хоккей»

Программа содержит разделы, в которых изложен материал по видам подготовки (теоретическая, физическая, техническая, тактическая, психологическая), средства, методы, формы подготовки, система контрольных нормативов и упражнений.

Содержание программного материала обеспечивает непрерывность и последовательность процесса на протяжении всего периода обучения.

Учебный год в учреждении начинается 1 сентября и заканчивается 31 августа. Продолжительность учебного года – 52 недели.

Учреждение организует работу с обучающимися в течение года.

Основные формы учебно-тренировочных занятий:

- групповые учебно-тренировочные занятия;
- теоретические занятия;
- работа по индивидуальным планам;
- медико-восстановительные мероприятия;
- учебно-тренировочные сборы;
- пребывание в спортивно-оздоровительных лагерях;
- инструкторская и судейская практика;
- промежуточная и итоговая аттестация обучающихся;
- участие в соревнованиях и матчевых встречах.

Важное место в методической части программы отводится воспитательной работе и психологической подготовке, как важным компонентом спортивной подготовки обучающихся.

На всех этапах подготовки могут привлекаться дополнительно к основному тренеру-преподавателю другие тренеры и специалисты, непосредственно обеспечивающие образовательный процесс.

Перевод обучающихся на последующий этап, период обучения, в том числе досрочно, осуществляется на основании выполнения требований промежуточной аттестации в соответствии с программой обучения, решения тренерского совета и приказа директора.

Обучающиеся, не подтвердившие требуемые результаты для этапа периода обучения, к прохождению следующего не допускаются. Вне зависимости от результатов прохождения любого этапа спортивной подготовки, обучающиеся вправе продолжить прохождение спортивной подготовки на спортивно-оздоровительном этапе, при наличии такового.

В спортивной подготовке выделяют относительно самостоятельные предметные области (виды подготовки), имеющие существенные признаки, отличающиеся друг от друга: технические, тактические, физические, психологические, теоретические и другие. Это упорядочивает представление о составляющих спортивного мастерства, позволяет в определенной мере систематизировать средства и методы их совершенствования, систему контроля и управления образовательным и учебно-тренировочным процессом. В учебно-тренировочной и соревновательной деятельности ни один из этих

видов подготовки не проявляется изолированно, они объединяются в сложный комплекс, направленный на достижение наивысших спортивных показателей.

Каждый вид спортивной подготовки зависит от других видов, определяется ими и, в свою очередь, влияет на них. Например, техника находится в прямой зависимости от уровня развития физических качеств, то есть от силы, быстроты, гибкости и других. Уровень проявления физических качеств (например, выносливости) тесно связан с экономичностью техники, специальной психической устойчивостью к утомлению, умением реализовать рациональную тактическую схему соревновательной борьбы в сложных условиях. Вместе с тем тактическая подготовка не может быть осуществлена без высокого уровня технического мастерства, хорошей функциональной подготовленности, развития смелости, решительности, целеустремленности.

Таким образом, в процессе учебно-тренировочной деятельности обучающиеся приобретают знания, умения и навыки в предметных областях:

- в области теории и методики физической культуры и спорта;
- в области общей физической и специальной физической подготовки;
- в области избранного вида спорта;
- в области других видов спорта и подвижных игр.

Комплексы упражнений по общей и специальной физической подготовке

Упражнения для укрепления мышц костно-связочного аппарата и улучшения подвижности в суставах.

- *Упражнения для рук и плечевого пояса:* сгибание и разгибание рук, махи, вращения, отведение и приведение, поднимание и опускание, рывковые движения.

- *Упражнения для мышц шеи и туловища:* наклоны, повороты и вращения головы в различных направлениях; наклоны повороты и вращения туловища, вращение таза; поднимание и опускание прямых и согнутых ног в положении лёжа на спине, на животе, сидя, в висе; переход из положения лежа в сед и обратно; смешанные упоры и висы лицом и спиной вниз; «угол» в исходном положении лежа, сидя; разнообразное сочетание этих упражнений.

- *Упражнения для ног:* поднимание на носках, ходьба на носках, пятках, внутренней и внешней сторонах стопы; вращение в голеностопных суставах; сгибание и разгибание ног в тазобедренном, голеностопном и коленных суставах; приседания; отведение и приведение; махи ногами в различных направлениях; выпады, пружинистые покачивания в выпаде; подскоки из различных исходных положений ног; прыжки, многоскоки; ходьба в полном приседе и полуприседе.

Упражнения выполняются без предметов и с предметами: с короткой и длинной скакалкой, гантелями, «блинами», набивными мячами, резиновыми амортизаторами, палками, штангой, в парах с партнёром.

Упражнения для развития координационных движений.

- Опорные прыжки с мостика, через «козла», коня. Прыжки в длину с поворотами, боком, спиной вперед, назад, в стороны, в группировке, прогнувшись с опорой и без опоры. Кувырки вперед и назад, перевороты в стороны, стойка на лопатках, руках, в висе. Упражнения в свободном беге с внезапными с остановками и изменением направления движения. Обучение элементам самостраховки при применении элементов борьбы. Упражнения на брусках, перекладине, бревне. Упражнения со скакалкой: прыжки, пробегание. Игры и эстафеты с элементами акробатики. Катание на лыжах с гор, езда на велосипеде по сложнопересеченной местности.

Упражнения для развития быстроты.

- Старты и бег на отрезках от 15 до 100 метров; пробегание отрезков 30-60 метров схода, с максимальной скоростью и частотой шагов на время. Бег по наклонной дорожке, проплывание коротких отрезков на время. Игры и эстафеты с бегом и прыжками с установкой на быстроту действий.

Упражнения для развития силы.

- Элементы вольной борьбы. Упражнения с набивными мячами. Бег с отягощениями, по песку, воде и в гору. Преодоление сопротивления партнера в статических и динамических режимах. Висы, подтягивание в висе. Упражнения с отягощениями за счет собственного веса и веса тела партнера. Приседания на одной и двух ногах. Упражнения со штангой: толчки, жим, выпрыгивания, приседания. Упражнения с гантелями, эспандером. Упражнения на тренажерах.

Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.

- Прыжки в высоту, длину, тройным с разбега. Многоскоки, прыжки в глубину, метание гранат и камней. Бег в гору, вверх по лестнице, бег с отягощениями. Общеразвивающие упражнения с малыми отягощениями, выполняемые в быстром темпе.

Упражнения для развития общей выносливости.

- Чередование ходьбы и бега от 1000 до 4000 метров, кроссы от 2 до 8 километров, фартлек, туристические походы. Спортивные игры. Бег на лыжах от 5 до 15 километров. Езда на велосипеде по равнине и в горы. Повторное проплывание отрезков 25-100 метров на время. Игры на воде.

СФП для этапа начальной подготовки

Упражнения для развития взрывной силы.

- Спортивные игры с применением силовой борьбы, заслонов и других приемов хоккея. Бег на коньках с перепрыгиванием препятствий, с резким торможением и последующими стартами. Толчки сопротивляющегося партнера плечом, грудью. Единоборство за шайбу у борта, на ограниченных площадках. Игры и эстафеты на коньках с переноской предметов.

Упражнения для развития быстроты.

- Пробегание коротких отрезков от 15 до 40 метров в различных направлениях. Бег с максимальной скоростью и резкими остановками, с внезапным изменением скорости и направления движения по зрительному сигналу. Бег по виражу, кругу, спирали, «восьмерке» (лицом и спиной вперед). Упражнения с теннисным мячом у стенки, связанные с бросками и ловлей отскочившего мяча в максимально быстром темпе, с быстрым переносом клюшки слева направо и обратно. Игра и упражнения, построенные на опережении действий партнера (овладение шайбой). Броски шайбы поточно в борт на время. Бег на коньках на время отрезков 18, 36, 54 метра.

Упражнения для развития выносливости.

- Длительный равномерный бег на коньках (пульс 130-160 ударов в мин.). Переменный бег, кроссы, интервальный бег на коротких отрезках с максимальной скоростью (работа 7-10 сек., с интервалами отдыха 15-30 сек.). Чередование бега на коньках с максимальной, умеренной и малой скоростью. Серийное интервальное выполнение технико-тактических упражнений с интенсивностью 75-85% от максимальной (длительность одного повторения не более 20-30 сек., интервал отдыха 1,5-2,5 мин.; число повторений в серии 3-5 раз, интервалы отдыха между сериями 10-12 мин.; число серий 2-3).

Упражнения для развития ловкости.

- Эстафеты с предметами и без предметов. Игры и упражнения для совершенствования игрового мышления. Прыжки на коньках через препятствия. Падения и подъёмы. Игра клюшкой стоя на коленях. Эстафеты и игры с обведениями стоек, уклонение от применения силовых приемов, резкая смена направления бега.

Упражнения для развития гибкости.

- Упражнения с клюшкой с партнёром.

СФП для учебно-тренировочного этапа (этап спортивной специализации)

Упражнения для развития взрывной силы.

- По программе начальной подготовки. Дополнительно: упражнения со штангой весом до 60% от максимального. Беговые упражнения с отягощениями. Броски утяжеленной шайбы (до 400 грамм). Бег вверх по лестнице.

Упражнения для развития быстроты.

- По программе начальной подготовки. Дополнительно увеличивается длина дистанции до 60-100 метров.

Упражнения для развития выносливости.

- По программе начальной подготовки. Дополнительно: дистанция кроссов увеличивается до 5-6 км. Число серий увеличивается до 5 (при серийной интервальной тренировке), интервалы между сериями 10-15 мин.

Упражнения для развития ловкости.

- По программе начальной подготовки. Следует предусмотреть выполнение технических приемов с преодолением сбивающих факторов (сопротивление партнера, без зрительного контроля). Преодоление полосы препятствий.

Упражнения для развития гибкости.

- По программе начальной подготовки, количество повторений рекомендуется увеличить.

Техническая подготовка Для групп этапа начальной подготовки

Техника игры

Техника передвижения на коньках. Посадка (стойка) хоккеиста. Техника скольжения на двух и одном коньках. Техника передвижения на коньках длинным (скользящим), коротким (ударным) шагами. Торможение «плугом», «полуплугом», двумя коньками с поворотом на 90°, прыжком, одним коньком (внутренним, наружным). Остановки. Изменение направления бега с помощью переступания без отрыва коньков ото льда, на одном коньке, прыжком, скрестным шагом, перебежкой (слаломный бег). Бег по виражу вправо, влево, по «восьмерке», по кругу. Бег спиной вперед без отрыва коньков ото льда, с отрывом коньков ото льда, переступанием, скрестным шагом. Бег спиной вперед по прямой, по виражу, по кругу, по «восьмерке», с изменением скорости движения. Старты из различных исходных положений. Повороты прыжками, переступанием при переходе от бега спиной вперед к бегу лицом вперед и обратно. Прыжки толчком одной и двумя ногами с приземлением на одну и две ноги. Опускание и падение на одно, два колена; различные кувырки с последующим быстрым вставанием.

Техника нападения.

Обучение держанию клюшки одной, двумя руками. Ведение без отрыва клюшки от шайбы (перед собой, сбоку), по прямой по дуге. Ведение шайбы: ударами и подбиванием (перед собой, сбоку), из стороны в сторону (широкое, плавное и короткое), вперед-назад (перед собой и сбоку), диагональное, коньками. Обучение длинному броску с удобной и неудобной стороны, с места и в движении. Обучение удару-броску с коротким и длинным замахом. Обучение приему шайбы крюком клюшки с уступающим и без уступающего движения, с подстраховкой коньком. Обучение приему шайбы рукояткой клюшки, рукой, коньком, туловищем (опустившись на одно, два колена, лежа). Обманные движения туловищем, клюшкой с выпадом влево, вправо, с шагом в сторону, с изменением скорости бега и с подпуском шайбы под клюшку

соперника. Обманные движения с использованием борта, финты на передачу, на бросок на перемещение.

Техника обороны.

Отбор и выбрасывание шайбы клюшкой. Подбивание клюшки соперника снизу, удар по клюшке сбоку, прижимание клюшки соперника сверху. Выбивание шайбы резким движением клюшки. Приемы овладения шайбой с помощью клюшки при введении ее в игру. Отбор шайбы клюшкой, положенной на лед. Прижимание шайбы к борту коньками, клюшкой.

Техника игры вратаря.

Обучение основной стойке. Принятие основной стойки по сигналу, после бега лицом и спиной вперед, передвижения приставными шагами. Упражнения: выпад влево – основная стойка; выпад вправо – основная стойка. Ловля мяча, отскочившего от отражающей стойки в различных направлениях. Ловля и отбивание мяча, направленных ракеткой из различных точек. Обучение передвижению в воротах в основной стойке. Обучение ловли шайбы ловушкой, отбивание ее клюшкой, коньком. Обучение выбиванию шайбы клюшкой в падении. Выкатывание навстречу игроку, бросающему шайбу. Обучение техники отбивания высоко летящей шайбы грудью, животом, плечом, предплечьем, подставлением щитков.

Для групп учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)

Техника игры

Совершенствование приемов техники бега на коньках, игры с беговыми упражнениями на ограниченных площадках и в условиях скученности игроков. Бег по прямой с ускорениями 20-30 метров, бег на время 18, 36, 54 метра. Бег между препятствиями, спиной вперед, с поворотами, с поворотами в прыжке, с падением на колени, с изменением направления движения. Остановка, повороты после бега с максимальной скоростью. Старты после остановок, притормаживаний, поворотов, прыжков, падений, кувырков. Челночный бег, эстафеты.

Техника нападения.

Дальнейшее совершенствование ведения шайбы. Обучение различным способам обводки. Ведение шайбы изученными способами с изменением скорости и направления движения. Ведение шайбы на большой скорости в условиях ограниченной площадки и скученности обучающихся, с преодолением препятствий. Эстафеты и игры с обводкой стоек, партнеров, с учетом и без учета времени. Выполнение технических заданий, в которые входят: ведение шайбы (без зрительного контроля), обводка стоек с помощью партнера и с использованием борта. Совершенствование индивидуальной техники обводки с изменением ритма, темпа и направления движения.

Совершенствование ранее изученных видов бросков с удобной и неудобной стороны, в движении, после боковой и встречной передач. Изучение бросков после финтов, обводки, из-под защитника, подправление

шайбы после бросков, добивание шайбы. Комбинации, заканчивающиеся бросками по воротам разными способами. Броски с дальних расстояний, со «своих» точек хоккейного поля. Совершенствование бросков по воротам в условиях близких к игровым, с сопротивлением партнёра на большой скорости, с ограничением времени на подготовительные движения. Выполнение бросков с элементами скорости и неожиданности.

Прием шайбы ранее изученными способами в игровой обстановке. Остановка шайбы с последующим броском в цель, с переводом партнеру, с обводкой атакующего партнера, с оставлением шайбы партнеру. Остановка быстро летящей шайбы при различной скорости, передвижения игрока. Остановка шайбы летящей по воздуху клюшкой. Совершенствование технических приемов борьбы за шайбу при вбрасывании.

Совершенствование обманных движений, изученных ранее в условиях более активного противодействия партнера, в ситуациях, приближенных к игровым. Совершенствование силовой обводки.

Техника обороны.

Отбор шайбы в игре туловищем. Применение силовых приемов в условиях, моделирующих игровые ситуации. Отбор шайбы всеми изученными способами в играх и игровых упражнениях. Дальнейшее совершенствование силовых приемов, включая силовую борьбу у борта. Применение силовых приемов в игровых упражнениях и в двусторонних играх.

Техника игры вратаря.

Совершенствование техники игры вратаря на земле и на льду в основной стойке. Совершенствование техники катания на коньках на длинных отрезках лицом и спиной вперед, приставными шагами (короткими, длинными). Совершенствование техники стартов и торможений на коротких отрезках после скольжения и без него с одного шага. Развитие умения сохранять и принимать основную стойку после выполнения акробатических упражнений и других действий. Совершенствование техники ловли шайбы ловушкой и отбивания блином, овладение отскочившей шайбой. Совершенствование техники отбивания скользящей шайбы клюшкой, правой и левой ногой с разворотом и без разворота конька. Совершенствование техники отбивания скользящей шайбы клюшкой со страховкой коньком, щитком, ловушкой. Выпады с посылкой клюшки в сторону выпада. Прыжки в сторону с отбиванием шайбы клюшкой, щитком перчатки. Обучение техники вставания в основную стойку после падения на бок и опускание на два колена.

Таблица 13

Приёмы техники передвижения на коньках

№ п/п	Приёмы техники хоккея	Этапы подготовки			
		Начальной подготовки		Трениров.этап (спорт.специализ-я)	
		До 1 года	Свыше 1 года	До 2-х лет	Свыше 2-х лет
1.	Бег скользящими шагами	+	+		

2.	Повороты по дуге переступанием двух ног	+			
3.	Повороты влево и вправо скрестными шагами	+	+	+	+
4.	Старт с места лицом вперед	+	+		
5.	Бег короткими шагами	+	+	+	+
6.	Торможение с поворотом туловища на 90° на одной и двух ногах	+	+	+	+
7.	Бег с изменением направления скрестными шагами (перебежка)	+	+	+	+
8.	Прыжки толчком одной и двумя ногами	+	+	+	+
9.	Бег спиной вперед не отрывая коньков ото льда	+	+	+	
10.	Бег спиной вперед переступанием ногами	+	+		
11.	Бег спиной вперед скрестными шагами		+	+	+
12.	Повороты в движении на 180° и 360°	+	+	+	+
13.	Выпады, глубокие приседания на одной и двух ногах	+	+	+	+
14.	Старты из различных положений с последующими рывками в задан.направлен.	+	+	+	+
15.	Падения на колени в движ-ии с послед.быстр. вставанием и ускорениями в задан. направл.		+	+	+
16.	Падение на грудь, бок с последующим быстрым вставанием и бегом в зад. направл.	+	+	+	+
17.	Комплекс приемов техники движений на коньках по реализации стартовой и дистанционной скорости			+	+
18.	Комплекс приемов техники по передвижению хоккеистов на коньках, направл.на соверш-ние скоростного маневрирования			+	+

Таблица 14

Приёмы техники владения клюшкой и шайбой

№ п/п	Приёмы техники хоккея	Этапы подготовки			
		Начальной подготовки		Трениров.этап (спорт.специализ-я)	
		До 1 года	Свыше 1 года	До 2-х лет	Свыше 2-х лет
1.	Ведение шайбы на месте	+			
2.	Широкое ведение шайбы в движении с переключением крюка клюшки через шайбу	+	+	+	+
3.	Веден.шайбы не отрывая крюка клюшки от шайбы	+	+	+	+
4.	Ведение шайбы дозиров.толчками вперед	+	+	+	+
5.	Короткое ведение шайбы с переключением крюка клюшки	+	+	+	
6.	Ведение шайбы коньками	+	+	+	+
7.	Ведение шайбы в движении спиной вперед		+	+	+
8.	Обводка соперника на месте и в движении	+	+		
9.	Длинная обводка	+	+	+	+
10.	Короткая обводка	+	+	+	+
11.	Силовая обводка			+	+
12.	Обводка с примен.обманных действий-финтов	+	+	+	+
13.	Финт клюшкой	+	+	+	+
14.	Финт с изменением скорости движения		+	+	+
15.	Финт головой и туловищем	+	+	+	+
16.	Финт на бросок и передачу шайбы			+	+

17.	Финт-ложная потеря шайбы			+	+
18.	Бросок шайбы с длин.разгоном (заметающий)	+	+	+	+
19.	Бросок шайбы с коротким разгоном (кистевой)	+	+	+	+
20.	Удар шайбы с длинным замахом	+	+	+	+
21.	Удар шайбы с коротким замахом (шелчок)		+	+	+
22.	Бросок-подкидка	+	+	+	+
23.	Броски в проц.веден., обводки и перед.шайбы	+	+	+	+
24.	Броски и удары в «одно касание» встречно и с бока идущей шайбы			+	+
25.	Броски шайбы с неудобной стороны	+	+	+	+
26.	Остановка шайбы крюком клюшки и рукояткой, коньком, рукой, туловищем	+	+	+	+
27.	Прием шайбы с одновременной ее подработкой к последующим действиям		+	+	+
28.	Отбор шайбы клюшкой способом выбивания	+	+	+	+
29.	Отбор шайбы клюшкой способом подбивания клюшки соперника	+	+	+	+
30.	Отбор шайб с помощью силовых приемов туловищем.остан.и толчок соперника плечом.		+	+	+
31.	Остановка и толчок соперника грудью.		+	+	+
32.	Остановка и толчок соперн.задн.частью бедра			+	+
33.	Отбор шайбы способом остановки, прижиман. соперника к борту и овладение шайбой		+	+	+

Таблица 15

Приёмы техники игры вратаря

№ п/п	Приемы техники хоккея	Этапы подготовки			
		Начальной подготовки		Трениров.этап (спорт.специализ-я)	
		До 1 года	Свыше 1 года	До 2-х лет	Свыше 2-х лет
1	Обучение основной стойке вратаря	+			
2	Обучение низкой и высокой стойке вратаря и переходу от одного вида стойки к другому	+			
3	Приемы техники передвижения на коньках				
4	Передвиж.на параллел.коньках (вправо, влево)	+	+		
5	T-образное скольжение (вправо, влево)		+	+	
6	Передвижение вперед выпадами	+	+		
7	Торможение плугом, полуплугом				
8	Торможение на параллельных коньках	+	+	+	+
9	Передвижение короткими шагами	+	+	+	+
10	Повороты в движ.на 180°, 360° в основной стойке вратаря	+	+	+	+
11	Бег спиной вперед, лицом вперед не отрывая коньков ото льда и с переступаниями	+	+	+	+
<i>Ловля шайбы</i>					
12	Ловля шайбы ловушкой стоя на месте				
13	Ловля шайбы ловушкой с одновременным движением в сторону (вправо, влево) на параллельных коньках	+	+		
14	Ловля шайбы ловушкой с одновременным движением в сторону (вправо, влево) T-образным скольжением	+	+		
15	Ловля шайбы ловушкой с падением (вправо, влево) на одно или на два колена		+	+	

<i>Техника игры вратаря</i>					
16	Ловля шайбы ловушкой в шпагате			+	
17	Ловля шайбы на блин			+	
18	Ловля шайбы на грудь стоя, с падением на колени	+	+		
<i>Отбивание шайбы</i>					
19	Отбивание шайбы блином стоя на месте	+	+		
20	Отбивание шайбы блином с одновременным движением в сторону (вправо, влево) на параллельных коньках	+	+		
21	Отбив.шайбы блином с паден.на одно колено (вправо, влево), и с падением на два колена				
22	Отбивание шайбы коньком	+	+		
23	Отбивание шайбы клюшкой (вправо, влево)	+	+		
24	Отбивание шайбы клюшкой (вправо, влево) с падением на одно и два колена	+	+		
25	Целенаправленное отбивание шайбы клюшкой в определенную точку хоккейной площадки		+	+	
26	Целенаправленное отбивание шайбы клюшкой в определенную точку хоккейной площадки с падением на одно и два колена				
27	Отбив.шайбы щитками стоя (вправо, влево), с паден.на одно колено, с паден.на два колена				
28	Отбивание шайбы щитками в шпагате				
29	Целенаправленное отбивание шайбы щитками в определенную точку хоккейной площадки				
30	Отбивание шайбы щитками с падением на бок (вправо, влево)			+	+
<i>Прижимание шайбы</i>					
31	Прижимание шайбы туловищем и ловушкой	+	+		
<i>Владение клюшкой и шайбой</i>					
32	Выбивание шайбы клюшкой, выбивание шайбы клюшкой в падении	+	+	+	
33	Остановка шайбы клюшкой, с падением на одно колено, на два колена				
34	Остановка шайбы клюшкой у борта	+	+	+	
35	Выбрасывание шайбы клюшкой по борту				
36	Бросок шайбы на дальность и точность	+	+	+	+
37	Передача шайбы клюшкой по льду одной рукой, двумя руками		+	+	+
38	Передача шайбы подкидкой		+	+	+
39	Ведение шайбы клюшкой на месте, в движении одной рукой, двумя руками			+	+

Тактическая подготовка

Для групп этапа начальной подготовки

Тактика нападения

Выполнение различных действий без шайбы и с шайбой в зависимости от действий партнера, соперника. Умение вести шайбу и выполнить бросок по воротам, обводку соперника, силовые приемы. Выполнение тактических заданий на игру. Умение выполнять тактические действия на определенных участках площадки и сочетать индивидуальную игру с коллективными действиями.

Длинные передачи с удобной и неудобной стороны, передача ударом (с широким и коротким замахом), передача коньком. Передача шайбы в парах,

тройках, на месте и в движении, без смены и со сменой мест, создавая удобную позицию для взятия ворот.

Взаимодействие в парах с целью выхода на свободное место: передай и выйди, скрестный выход. Умение выполнять групповые взаимодействия на определенном участке площадки.

Обучение передачам, отбору шайбы в квадратах с различными сочетаниями обучающихся – 3:2; 4:3; 3:1; 3:3; 5:3 с введением дополнительных занятий.

Игра с одним водящим в круге; в одно, в два касания; до полного отбора. Выход из зоны пробросом вдоль борта.

Тактика защиты

Индивидуальные действия: выбор места для оборонительного действия; перехват продольного и диагонального паса; отбор шайбы при помощи клюшки; нейтрализация клюшки соперника подниманием и прижиманием ее в момент приема шайбы соперником.

Групповые взаимодействия: умение подстраховать партнера, переключиться. Спаренный отбор. Взаимодействие двух игроков против двух и трех нападающих.

Изучение основных обязанностей игроков по выполняемым игровым амплуа в команде.

Тактика игры вратаря

Обучение и совершенствование правильного и своевременного выбора места в воротах при атаке броском. Обучение ориентированию во вратарской площадке и взаимодействию с защитниками. Обучение умению концентрировать внимание на игроке, угрожающем воротам. Развитие игрового мышления в коростных и подвижных играх.

Для групп учебно-тренировочного этапа (этап спортивной специализации)

Тактика нападения

Упражнения в парах, тройках с открыванием и выбором места для получения шайбы, для броска по воротам.

Тактика игры при индивидуальном проходе к воротам соперника. Действия нападающего при персональной опеке, в игровых ситуациях при соотношении числа нападающих и защитников 1:2. Тактические действия нападающих и защитников при организации контратаки. Игры в квадрате с водящим и нейтральным при разном соотношении сторон. Совершенствование способности выбора целесообразного технического приёма в различных игровых ситуациях.

Совершенствование передач ранее изученными способами в условиях близких к игровым, с сопротивлением противника, в условиях ограниченного пространства и времени, на большой скорости. Совершенствование силы, точности и своевременности передач. Умение создавать численное

преимущество на отдельных участках поля, закрыть соперника в зоне при численном большинстве. Выход из зоны защиты, действия в средней зоне при контратаке. Разучивание и совершенствование тактических взаимодействий при введении шайбы в игру на различных участках поля. Действия против зонной защиты. Переход от одного способа атаки к другому в ходе игры. Наигрывание связей в звеньях, пятерках при атаке. Смена составов во время остановки игры и в ходе матча. Завершение атаки проходом защитника при помощи освобождения места крайними нападающими. Тактика силового давления.

Тактика обороны

Выбор места и времени для отбора и перехвата шайбы, применение силового приема. Тактика игры защитника при индивидуальном проходе нападающего к воротам, против выхода двух нападающих. Игры в квадрате с водящими и нейтральным при разном соотношении сторон. Умение предвидеть развитие атаки соперника. Игра защитников и нападающих в обороне при численном меньшинстве (4:5, 3:5, 3:4). Разучивание вариантов тактических взаимодействий при введении шайбы в игру при численном меньшинстве. Переход к обороне при срыве атаки. Наигрывание связей в звеньях и пятерках при обороне. Оборона с помощью прессинга. Смешанная система защиты. Переход от одного способа защиты к другому в ходе матча.

Тактика игры вратаря

Обучение и совершенствование индивидуальных тактических действий, выбор способа противодействия в различных игровых ситуациях. Обучение тактическим действиям при отскоке шайбы от вратаря. Совершенствование выбора места в воротах при атаке броском, ударом. Совершенствование выбора места при комбинационном действии противника.

Обучение умению определять момент и направление завершения атаки. Дальнейшее развитие игрового мышления в спортивных и подвижных играх.

Таблица 16

Тактическая подготовка

№ п/п	Приёмы тактики хоккея	Этапы подготовки			
		Начальной подготовки		Учебно-трениров.этап (спортивн.специал-я)	
		До 1 года	Свыше 1 года	До 2-х лет	Свыше 2-х лет
Приемы тактики обороны					
<i>Приемы индивидуальных тактических действий</i>					
1	Скоростное маневриров.и выбор позиции	+	+	+	+
2	Дистанционная опека		+	+	+
3	Контактная опека			+	+
4	Отбор шайбы перехватом		+		
5	Отбор шайбы клюшкой	+	+	+	+
6	Отбор шайбы с примен.силов.единоборств			+	+
7	Ловля шайбы на себя с падением на одно и два колена, а также с падением на бок			+	+
1	Страховка		+	+	+

2	Переключение			+	+
3	Спаренный отбор шайбы			+	+
4	Взаимодействие защитников с вратарем				
<i>Приемы групповых тактических действий</i>					
1	Принципы командных оборонительных тактических действий				+
2	Малоактивная оборонительн.система 1-2-2		+	+	+
3	Малоактивная оборонительная система 1-4		+	+	+
4	Малоактивная оборонительн.система 1-3-1				+
5	Малоактивная оборонительная система 0-5		+	+	+
6	Активная оборонительная система 2-1-2			+	+
7	Активная оборонительная система 3-2				+
8	Активная оборонительная система 2-2-1				+
9	Прессинг			+	+
10	Принцип зонной обороны в зоне защиты		+	+	+
11	Принцип персональной обороны в зоне защиты			+	+
12	Принцип комбинир.обороны в зоне защиты		+	+	+
13	Тактическое построение в обороне при численном меньшинстве			+	+
14	Тактическое построение в обороне при численном большинстве			+	+
Приемы тактики нападения					
<i>Индивидуальные атакующие действия</i>					
1	Атакующие действия без шайбы	+	+	+	+
2	Атакующие действия с шайбой: ведение, обводка, бросок, прием шайбы, единоборство с вратарем	+	+	+	+
<i>Групповые атакующие действия</i>					
1	Передачи шайбы – коротк., средн., длинные	+	+	+	+
2	Передачи по льду и надо льдом, в крюк клюшки партнера и на свободное место	+	+	+	+
3	Передачи в процессе ведения, обводки, в силов.единоборстве, при имитации броска в ворота, в движении, с использов.борта			+	+
4	Точность, своевременн., неожиданность, скорость выполнения передач			+	+
5	Тактическая комбинация – «скрещивание»			+	+
6	Тактическая комбинация – «стенка»		+	+	+
7	Тактичesk.комбинац.– «оставление шайбы»		+	+	+
8	Тактичesk.комбинация – «пропуск шайбы»			+	+
9	Тактическая комбинация – «заслон»				
10	Тактическая действия при вбрасывании судьей шайбы: - в зоне нападения; - в средней зоне; - в зоне защиты	+	+	+	+
<i>Командные атакующие действия</i>					
1	Организ.атаки и контрат. из зоны защиты	+	+	+	+
2	Организованный выход из зоны защиты через крайних нападающих		+	+	+
3	Выход из зоны защиты через центральных нападающих		+	+	+
4	Выход из зоны через защитников		+	+	+
5	Развитие «длинной» атаки. скоростное прожд.средней зоны за счет продольных и диагональных передач			+	+
6	Контратаки из зоны защиты и средней зоны			+	+

7	Атака с хода			+	+
8	Позиционная атака с выходом на завершающий бросок крайних нападающих		+	+	+
9	Позиционная атака с выходом на заверш. бросок центрального нападающего		+	+	+
10	Позиционное нападение с завершающим броском в ворота защитников		+	+	+
11	Игра в неравночисленных составах – в численном большинстве 5:4, 5:3		+	+	+
12	Игра в нападении в численном меньшинстве			+	+
<i>Тактика игры вратаря</i>					
1	Выбор позиции при атаке ворот противник. в числ.большинстве (2:1, 3:1, 3:2)	+	+	+	+
2	Выбор позиции (вне площадки ворот) при позиционной атаке противника	+	+	+	+
3	Прижимание шайбы	+	+	+	+
4	Перехват и остановка шайбы	+	+	+	+
5	Выбрасывание шайбы	+	+	+	+
6	Взаимодейст.с игроками защ. при обороне		+	+	+
7	Взаимодействие с игроками при контратаке			+	+

Учебно-тематический план

Программный материал раздела «Теоретическая подготовка» распределена в соответствии с годовым учебно-тренировочным планом спортивной подготовки и представлен в таблице № 17.

Таблица № 17

Учебно-тематический план

Этап спортивной подготовки	Темы по теоретической подготовке	Объем времени в год (минут)	Сроки проведения	Краткое содержание
Этап начальной подготовки	Всего на этапе начальной подготовки до одного года обучения/ свыше одного года обучения:	≈ 120/180		
	История возникновения вида спорта и его развитие	≈ 13/20	сентябрь	Зарождение и развитие вида спорта. Автобиографии выдающихся спортсменов. Чемпионы и призеры Олимпийских игр.
	Физическая культура - важное средство физического развития и укрепления здоровья человека	≈ 13/20	октябрь	Понятие о физической культуре и спорте. Формы физической культуры. Физическая культура как средство воспитания трудолюбия, организованности, воли, нравственных качеств и жизненно важных умений и навыков.
	Гигиенические основы физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом	≈ 13/20	ноябрь	Понятие о гигиене и санитарии. Уход за телом, полостью рта и зубами. Гигиенические требования к одежде и обуви. Соблюдение гигиены на спортивных объектах.
	Закаливание организма	≈ 13/20	декабрь	Знания и основные правила закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем. Закаливание на занятиях физической культуры и спортом.

	Самоконтроль в процессе занятий физической культурой и спортом	≈ 13/20	январь	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травматизме.
	Теоретические основы обучения базовым элементам техники и тактики вида спорта	≈ 13/20	май	Понятие о технических элементах вида спорта. Теоретические знания по технике их выполнения.
	Теоретические основы судейства. Правила вида спорта	≈ 14/20	июнь	Понятность. Классификация спортивных соревнований. Команды (жесты) спортивных судей. Положение о спортивном соревновании. Организационная работа по подготовке спортивных соревнований. Состав и обязанности спортивных судейских бригад. Обязанности и права участников спортивных соревнований. Система зачета в спортивных соревнованиях по виду спорта.
	Режим дня и питание обучающихся	≈ 14/20	август	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в жизнедеятельности. Рациональное, сбалансированное питание.
	Оборудование и спортивный инвентарь по виду спорта	≈ 14/20	ноябрь-май	Правила эксплуатации и безопасного использования оборудования и спортивного инвентаря.
	Самоконтроль в процессе занятий физической культурой и спортом	≈ 13/20	январь	Ознакомление с понятием о самоконтроле при занятиях физической культурой и спортом. Дневник самоконтроля. Его формы и содержание. Понятие о травматизме.
	Теоретические основы обучения базовым элементам техники и тактики вида спорта	≈ 13/20	май	Понятие о технических элементах вида спорта. Теоретические знания по технике их выполнения.
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Всего на учебно-тренировочном этапе до трех лет обучения/свыше трех лет обучения:	≈ 600/960		
	Роль и место физической культуры в формировании личностных качеств	≈ 70/107	сентябрь	Физическая культура и спорт как социальные феномены. Спорт - явление культурной жизни. Роль физической культуры в формировании личностных качеств человека. Воспитание волевых качеств, уверенности в собственных силах.
	История возникновения олимпийского движения	≈ 70/107	октябрь	Зарождение олимпийского движения. Возрождение олимпийской идеи. Международный Олимпийский комитет (МОК).
	Режим дня и питание обучающихся	≈ 70/107	ноябрь	Расписание учебно-тренировочного и учебного процесса. Роль питания в подготовке обучающихся к спортивным соревнованиям. Рациональное, сбалансированное питание.
	Физиологические основы физической культуры	≈ 70/107	декабрь	Спортивная физиология. Классификация различных видов мышечной деятельности. Физиологическая характеристика состояний организма при спортивной деятельности. Физиологические механизмы развития двигательных навыков.
	Учет соревновательной деятельности, самоанализ обучающегося	≈ 70/107	январь	Структура и содержание Дневника обучающегося. Классификация и типы спортивных соревнований
	Теоретические основы технико-тактической подготовки. Основы техники вида спорта	≈ 70/107	май	Понятность. Спортивная техника и тактика. Двигательные представления. Методика обучения. Метод использования слова. Значение рациональной техники в достижении высокого спортивного результата.
	Психологическая подготовка	≈ 60/106	сентябрь-апрель	Характеристика психологической подготовки. Общая психологическая подготовка. Базовые волевые качества личности. Системные волевые качества личности
	Оборудование, спортивный инвентарь и экипировка по виду спорта	≈ 60/106	декабрь-май	Классификация спортивного инвентаря и экипировки для вида спорта, подготовка к эксплуатации, уход и хранение. Подготовка инвентаря и экипировки к спортивным соревнованиям.
	Правила вида спорта	≈ 60/106	декабрь-май	Деление участников по возрасту и полу. Права и обязанности участников спортивных соревнований. Правила поведения при участии в спортивных соревнованиях.

V. Особенности осуществления спортивной подготовки

Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «Хоккей» основаны на особенностях вида спорта «Хоккей» и его спортивных дисциплин.

Реализация Программы с учётом этапа спортивной подготовки и спортивных дисциплин вида спорта «Хоккей», по которым осуществляется спортивная подготовка.

Особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным видам спорта учтены спортивной школой при разработке данной Программы, а также при разработке годового учебно-тренировочного плана.

Для зачисления на этап спортивной подготовки лицо, желающее пройти спортивную подготовку должно достичь установленного возраста в календарный год зачисления на соответствующий этап спортивной подготовки.

В зависимости от условий и организации учебно-тренировочных занятий, а также условий проведения спортивных соревнований подготовка обучающихся осуществляется на основе обязательного соблюдения требований безопасности, учитывающих особенности осуществления спортивной подготовки по спортивным дисциплинам вида спорта «Хоккей».

VI. Условия реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей»

Спортивная школа обеспечивает соблюдение требований к кадровым и материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки и иным условиям. К иным условиям реализации Программы относятся трудоемкость Программы (объемы времени на её реализацию) с обеспечением непрерывности учебно-тренировочного процесса, а также порядок и сроки формирования учебно-тренировочных групп.

Материально-технические условия реализации Программы

Требования к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусматривают (в том числе на основании договоров, заключенных в соответствии с гражданским законодательством Российской Федерации, существенным условием которых является право пользования соответствующей материально-технической базой и (или) объектом инфраструктуры):

- наличие хоккейной площадки;
- наличие хоккейной площадки;
- наличие игрового зала;
- наличие тренажерного зала;
- наличие раздевалок, душевых;
- наличие медицинского пункта, оборудованного в соответствии с приказом Минздрава России от 23.10.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (зарегистрирован Минюстом России 03.12.2020, регистрационный № 61238).

Требования к экипировке, спортивному оборудованию и инвентарю

Таблица 18

Оборудование и спортивный инвентарь, необходимые для прохождения спортивной подготовки

№ п/п	Наименование оборудования и спортивного инвентаря	Единица измерения	Количество изделий
1.	Ворота для хоккея	штук	2
2.	Мат гимнастический	штук	4

3.	Мяч баскетбольный	штук	4
4.	Мяч волейбольный	штук	4
5.	Мяч гандбольный	штук	4
6.	Мяч набивной (медицинбол) (от 1 до 5 кг)	комплект	2
7.	Мяч футбольный	штук	4
8.	Ограждение площадки (борта, сетка защитная)	комплект	1
9.	Рулетка металлическая (50 м)	штук	5
10.	Свисток судейский	штук	10
11.	Секундомер	штук	5
12.	Скамья гимнастическая	штук	4
13.	Станок для точки коньков	штук	1
14.	Стенка гимнастическая	штук	2
15.	Шайба	штук	60

Таблица 19

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование							
N п/п	Наименование спортивной экипировки индивидуального пользования	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки			
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спорт. специализации)	
				количес тво	срок службы (лет)	количество	срок службы (лет)
1.	Клюшка для вратаря	штук	на обучающ егося	-	-	2	1
2.	Клюшка для игрока (нападающего, защитника)	штук	на обучающ егося	-	-	2	1

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица 20

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество изделий
1.	Защита для вратаря (защита шеи и горла)	комплект	3
2.	Защита паха для вратаря	штук	3
3.	Коньки для вратаря (ботинки с лезвиями)	пар	3
4.	Нагрудник для вратаря	штук	3
5.	Перчатки для вратаря (блин)	пар	3
6.	Перчатки для вратаря (ловушки)	пар	3
7.	Шлем для вратаря с маской	штук	3
8.	Шорты для вратаря	штук	3
9.	Щитки для вратаря	пар	3

Таблица 21

№ п/п	Наименован ие спортивной экипировки	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки			
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спорт. спец-ции)	
				количеств о	срок эксп. (лет)	количеств о	срок эксп. (лет)
1.	Визор для игрока (защитника, нападающего)	комплект	на обучающегося	–	–	–	–
2.	Гамашы спортивные	пар	на обучающегося	–	–	2	1
3.	Защита для вратаря (защита шеи и горла)	комплект	на обучающегося	–	–	1	1
4.	Защита для игрока (защитника, нападающего) (защита шеи и горла)	комплект	на обучающегося	–	–	1	1
5.	Защита паха для вратаря	штук	на обучающегося	–	–	1	1
6.	Защита паха для игрока (защитника, нападающего)	штук	на обучающегося	–	–	1	1
7.	Коньки для вратаря (ботинки с лезвиями)	пар	на обучающегося	–	–	1	1
8.	Коньки для игрока (защитника, нападающего) (ботинки с лезвиями)	пар	на обучающегося	–	–	1	1
9.	Майка с коротким рукавом	штук	на обучающегося	–	–	2	1
10.	Нагрудник для вратаря	штук	на обучающегося	–	–	1	1
11.	Нагрудник для игрока (защитника, нападающего)	штук	на обучающегося	–	–	1	1
12.	Налокотники для игрока (защитника, нападающего)	пар	на обучающегося	–	–	1	1
13.	Перчатка для вратаря (блин)	штук	на обучающегося	–	–	1	1
14.	Перчатка для вратаря (ловушка)	штук	на обучающегося	–	–	1	1
15.	Перчатки для игрока (защитника, нападающего)	пар	на обучающегося	–	–	1	1
16.	Подтяжки для гамаш	пар	на обучающегося	–	–	1	1
17.	Подтяжки для шорт	пар	на обучающегося	–	–	1	1
18.	Свитер хоккейный	штук	на обучающегося	1	2	2	1
19.	Сумка для перевозки экипировки	штук	на обучающегося	–	–	1	2
20.	Шлем для вратаря с маской	штук	на обучающегося	–	–	1	2
21.	Шлем для игрока (защитника, нападающего)	штук	на обучающегося	–	–	1	2
22.	Шорты для вратаря	штук	на обучающегося	–	–	1	1
23.	Шорты для игрока (защитника, нападающего)	штук	на обучающегося	–	–	1	1
24.	Щитки для вратаря	пар	на обучающегося	–	–	1	1
25.	Щитки для игрока (защитника, нападающего)	пар	на обучающегося	–	–	1	1

Кадровые условия реализации Программы Уровень квалификации тренеров-преподавателей и иных работников организации

Требования к кадровому составу организаций, реализующих дополнительные образовательные программы. Уровень квалификации лиц, осуществляющих спортивную подготовку, должен соответствовать требованиям, установленным профессиональным стандартом «Тренер-преподаватель», утвержденным приказом Минтруда России от 24.12.2020 № 952н (зарегистрирован Минюстом России 25.01.2021, регистрационный №

62203), профессиональным стандартом «Тренер», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 191н (зарегистрирован Минюстом России 25.04.2019, регистрационный №54519), профессиональным стандартом «Специалист по обслуживанию и ремонту спортивного инвентаря и оборудования», утвержденным приказом Минтруда России от 28.03.2019 № 192н (зарегистрирован Минюстом России 23.04.2019, регистрационный № 54475) профессиональным стандартом «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденный приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 27.05.2022, регистрационный № 68615) или Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916н (зарегистрирован Минюстом России 14.10.2011, регистрационный № 22054). Кроме тренера-преподавателя (тренеров-преподавателей) к работе с обучающимися могут привлекаться тренеры-преподаватели по работе с вратарями, защитниками, нападающими.

Для проведения учебно-тренировочных занятий и участия в официальных спортивных соревнованиях на всех этапах спортивной подготовки, кроме основного тренера-преподавателя, допускается привлечение тренера-преподавателя по видам спортивной подготовки, с учетом специфики вида спорта «хоккей», а также на всех этапах спортивной подготовки привлечение иных специалистов (при условии их одновременной работы с обучающимися).

Для подготовки спортивного инвентаря и спортивной экипировки к учебно-тренировочным занятиям и спортивным соревнованиям, обслуживания техники, оборудования и спортивных сооружений, необходимых для осуществления спортивной подготовки в организациях, реализующих дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, на всех этапах спортивной подготовки допускается привлечение соответствующих специалистов.

Таблица 22

Уровень образования и квалификации тренеров

Высшее образование (профильное)	Среднее профессиональное образование	Высшая квалификационная категория	1 квалификационная категория	2 квалификационная категория
4	1		2	

VII. Информационно-методическое обеспечение программы

1. Афанасьев С. «Большое хоккейное созвездие» – М.: Спорт, 2010.
2. Букатин А.Ю., Колузганов В.М. «Юный хоккеист» – М. Физкультура и спорт, 1986г.
3. Быстров В.А. «Основы обучения и тренировки юных хоккеистов» – М.: Тера Спорт, 2000.
4. Даккорд Б. «Игра вратаря в хоккее с шайбой» – М.: Олимпийская литература, 2013.
5. Дерябин С.Е. «Контроль за подготовкой юных хоккеистов» – М.: Физкультура и спорт, 1981.
6. Комков А.Г., Столов И.И. «Нормативно-правовое и программное обеспечение деятельности спортивных школ в Российской Федерации» – М.: Советский спорт, 2008. – 136 с.
7. Кукушкин В. «Стенка на стенку! Хоккейное противостояние Канада – Россия» М.: Человек, 2010.
8. Кукушкин В. «Это – наша игра!» Лучшие хоккейные матчи – М.: Человек, 2009.
9. Кукушкин В., Богуславский Г. «Montreal Canadiens – 100 лет» – М. Вагриус, 2009.
10. Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации, утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации.
11. «Молодежная Хоккейная Лига» Сезон 2011/2012. Альманах. – М.: Человек, 2013.
12. Никонов Ю.В. «Подготовка квалифицированных хоккеистов» – М.: Асар, 2003.
13. «Практическое руководство для тренеров» Программа ИИХФ. В 4 ступенях (комплект). М.: Человек, 2012.
14. Приказ министерства спорта Российской Федерации от 30.10.2015 № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации».
15. Раззаков Ф. «Владислав Третьяк. Легенда № 20» – М.: Алгоритм, 2014.
16. Раззаков Ф. «Валерий Харламов. Легенда № 17» – М.: Алгоритм, 2014.
17. Раззаков Ф. «Легенды отечественного хоккея» – М.: Эксмо, 2014.
18. Савин В.П. «Теория и методика хоккея» Учебник для студентов высших тренировочных заведений. – М.: Академия, 2003.
19. Савин В.П. «Хоккей» Учебник для институтов физической культуры – М.: Физкультура и спорт, 1976.
20. «Современная система спортивной подготовки» под ред. Ф.П.Суслова, В.Л.Сыча, Б.Н. Шустина. – М., 1995.
21. Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта хоккей, утвержденный приказом Минспорта России от 15.05.2019 № 373.
22. Хизриева О. «Шестой игрок» Книга для хоккейных болельщиков и о хоккейных болельщиках – М.: Спорт, 2012.
23. «Хоккей для начинающих» – М.: Астрель, АСТ, 2001.

- 24.«Хоккей нового времени» Кукушкин В. – М.: Спорт, 2015.
- 25.Хоккей: программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва (текст) – М.: Советский спорт, 2009. – 101 с.

Перечень Интернет-ресурсов.

1. Академия спортивных исследований: <http://sportiss.ru/>
2. Библиотека международной спортивной информации: <http://bmsi.ru/>
3. Благотворительный фонд Елены и Геннадия Тимченко: <http://timchenkofoundation.org/>
4. Всемирное антидопинговое агентство: <http://www.wada-ama.org/>
5. Информационно-правовой портал Гарант: www.garant.ru
6. КонсультантПлюс: www.consultant.ru
7. Комитет по физической культуре и спорту администрации города Мурманска: <http://gorsport51.ru>
8. Методическое интернет-пособие: <http://www.lifein hockey.ru/>
9. Минспорта РФ: <http://www.minsport.gov.ru/sport/>
10. Министерство спорта и молодежной политики Мурманской области: <https://sport.gov-murman.ru>
11. Олимпийский комитет России: <http://www.roc.ru/>
12. Программа развития детского ледового спорта «Добрый лёд»: <https://dobroled.ru/>
13. Федерация хоккея России: <http://fhr.ru/>
14. Российское антидопинговое агентство: <http://www.rusada.ru/>
15. Федерация хоккея города-героя Мурманска: <https://vk.com/club77683679>

Нормативные документы

1. Федеральный закон от 30.04.2021 № 127-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» и Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273–ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
3. Федеральный закон от 4.12. 2007 № 329 – ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24.11.2020 №3081-р «Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в РФ на период до 2030 года»;
5. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 28.12.2021 №3894-р «Об утверждении Концепции развития детско-юношеского спорта в РФ до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации»;

6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678-р «О Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

7. Закон Мурманской области от 27.12.2010 № 1297-01-ЗМО «О физической культуре и спорту в Мурманской области» (с изменениями и дополнениями);

8. Приказ Министерства спорта России от 3.08.2022 № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;

9. Приказ Минспорта России от 16.11.2022 № 997 «Об утверждении Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорту хоккей (Зарегистрировано в Минюсте России 16.12.2022 № 71578).

10. Примерная дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей», утвержденная приказом Министерства спорта Российской Федерации от 21.12.2022 № 1309.

11. Приказ Министерства спорта Российской Федерации от 27.01.2023 № 57 «Об утверждении порядка приема на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки»;

12. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

13. Приказ Министерства спорта России от 30.10.2015 № 999 «Об утверждении требований к обеспечению подготовки спортивного резерва для спортивных сборных команд Российской Федерации»;

14. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 23.11.2020 № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)» и форм медицинских заключений о допуске к участию в физкультурных и спортивных мероприятиях»;

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

16. Положение о Единой всероссийской спортивной классификации, утвержденной приказом Министерства спорта Российской Федерации от 19.12.2022 № 1255;

17. Положение о спортивных судьях, утвержденное приказом Министерства спорта Российской Федерации от 19.12.2022 № 1257;

18. Единый квалификационный Справочник должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные

характеристики должностей работников в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минздравсоцразвития России от 15.08.2011 № 916 н.

Годовой
учебно-тренировочный план

№ п/п	Виды спортивной подготовки и иные мероприятия	Этапы и годы спортивной подготовки			
		Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
		до года	свыше года	до двух лет	свыше двух лет
		Недельная нагрузка в часах			
		6	8	12	16
		Максимальная продолжительность одного учебно-тренировочного занятия в часах			
		2	2	3	3
		Наполняемость групп (человек)			
		14	14	10	10
1.	Общая физическая подготовка	73	71	62	83
2.	Специальная физическая подготовка	16	21	69	92
3.	Участие в спортивных соревнованиях	–	35	94	133
4.	Техническая подготовка	103	116	100	92
5.	Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка	42	62	112	150
6.	Инструкторская и судейская практика	–	–	–	25
7.	Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль	78	121	187	257
	Общее количество часов в год	312	416	624	832