

ПРИНЯТО  
на заседании педагогического совета НВМУ  
Протокол № 19  
от «15» мая 2019 год

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
**«ХОККЕЙ»**

3 года обучения (5-11 кл.)  
Количество часов по учебному плану: 612 часов

Разработчик: Плотников В.В.,  
педагог дополнительного образования

РАССМОТРЕНО  
на заседании отдельной дисциплины  
«дополнительных образовательных  
программ»  
Протокол № 5  
от «26» апреля 2019 г.

Санкт-Петербург  
2019 год

## **1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Хоккей с шайбой, хоккей на льду – командная спортивная игра на льду, заключающаяся в противоборстве двух команд на коньках, которые, передавая шайбу клюшками, стремятся забросить её наибольшее количество раз в ворота соперника и не пропустить в свои. Побеждает команда, забросившая наибольшее количество шайб.

Занимаясь хоккеем, воспитанник вырастает в сильного, закаленного и выносливого мужчину, проявляющего во многих делах себя как личность

### **1.1. Направленность программы – физкультурно-спортивная**

### **1.2. Актуальность программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хоккей» разработана в соответствии с документами:

Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г.; 273-ФЗ.

Концепция развития дополнительного образования детей, утверждённая распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р;

Приказ Министерства Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017 г. № 617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении

Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14.

Программа «Хоккей» ориентирована на создание необходимых условий для личностного развития воспитанников Нахимовского военно-морского училища, позитивной социализации и профессионального самоопределения, на удовлетворение индивидуальных потребностей воспитанников в интеллектуальном, нравственном развитии.

### **1.3. Отличительные особенности программы.**

Программа разработана на основе Федерального стандарта по спортивной подготовке по виду спорта «Хоккей», утвержденного приказом Министерства спорта России от 27 марта 2013 г. N 149.

Программа является основным регламентирующим документом, обеспечивающим эффективное обучение воспитанников хоккею, и содействует успешному решению задач в обучении и воспитании детей школьного возраста.

**1.4. Адресат программы – воспитанники Нахимовского военно-морского училища в возрасте с 10 лет.**

**1.5. Цель программы – овладение и применение технических приемов, технико-тактических действий, развитие и применение оперативно-**

тактического мышления, воспитание физических качеств.

### **1.6. Задачи.**

#### ***Обучающие:***

- обучение, закрепление и совершенствование технических приемов;
- формирование двигательных умений и навыков;
- обучение, закрепление и совершенствование технико-тактических действий;
- формирование высокого уровня технико-тактического мастерства.

#### ***Развивающие:***

- развитие физических качеств;
- развитие оперативно-тактического мышления;
- развитие мотивации.

#### ***Воспитательные:***

- обеспечение всестороннего физического развития и укрепления здоровья;
- воспитание волевых, морально-стойких личностей.

### **1.7. Условия реализации программы.**

**Уровень освоения программы** – углубленный уровень.

**Условия набора** – набираются воспитанники с 10 лет, имеющие минимальное представление о виде спорта «Хоккей» и разрешение врача. В группы 2 и 3 года обучения могут быть приняты воспитанники, достигшие результатов 1 и 2 года обучения. С учетом организации учебного процесса в Нахимовском военно-морском училище обучающиеся 10 кл. зачисляются в учебные группы дополнительного образования с 1 октября.

#### **Сроки реализации программы.**

Программа рассчитана на 3 года обучения, 612 часов.

1 год обучения – 204 часа;

2 год обучения – 204 часа;

3 год обучения – 204 часа.

#### **Состав учебных групп.**

1 год обучения – 14-18 чел.;

1 год обучения – 12-16 чел.;

1 год обучения – 10-14 чел.

#### **Формы занятий (контроля):**

- по организации – коллективные;
- по проведению – комбинированные (теоретические и практические занятия, игра, турниры и соревнования).

#### **Методы организации занятий.**

**Фронтальная тренировка:** каждое упражнение выполняется в виде «единой линии».

**Раздельная тренировка:** предполагает выполнение серии упражнений,

разделенных соответствующими интервалами отдыха в различных построениях группы (шеренга — по фронту; в колоннах — по два, по три, по четыре; по кругу) с одновременным выполнением всеми занимающимися одних и тех же упражнений.

*Круговая тренировка:* ее основная суть заключается в последовательном системном выполнении упражнений на отдельных станциях, расположенных по кругу.

*Поточная тренировка:* основная суть заключается в том, что упражнения выполняются в потоке одно за другим.

По характеру тренировочные занятия могут быть однонаправленные и разнонаправленные (комплексные).

*Однонаправленные* занятия решают преимущественно одну задачу.

*Разнонаправленные* занятия: программа отдельного тренировочного занятия делится на две, а иногда и на три относительно самостоятельные части.

Тренировочные занятия разделяются по двигательному режиму.

*Восстанавливающие* занятия.

*Поддерживающие* занятия.

*Развивающие* занятия.

Подготовка осуществляется в соответствии с уровнями, обеспечивающие совершенствование каких-либо сторон подготовленности (схема. 1).

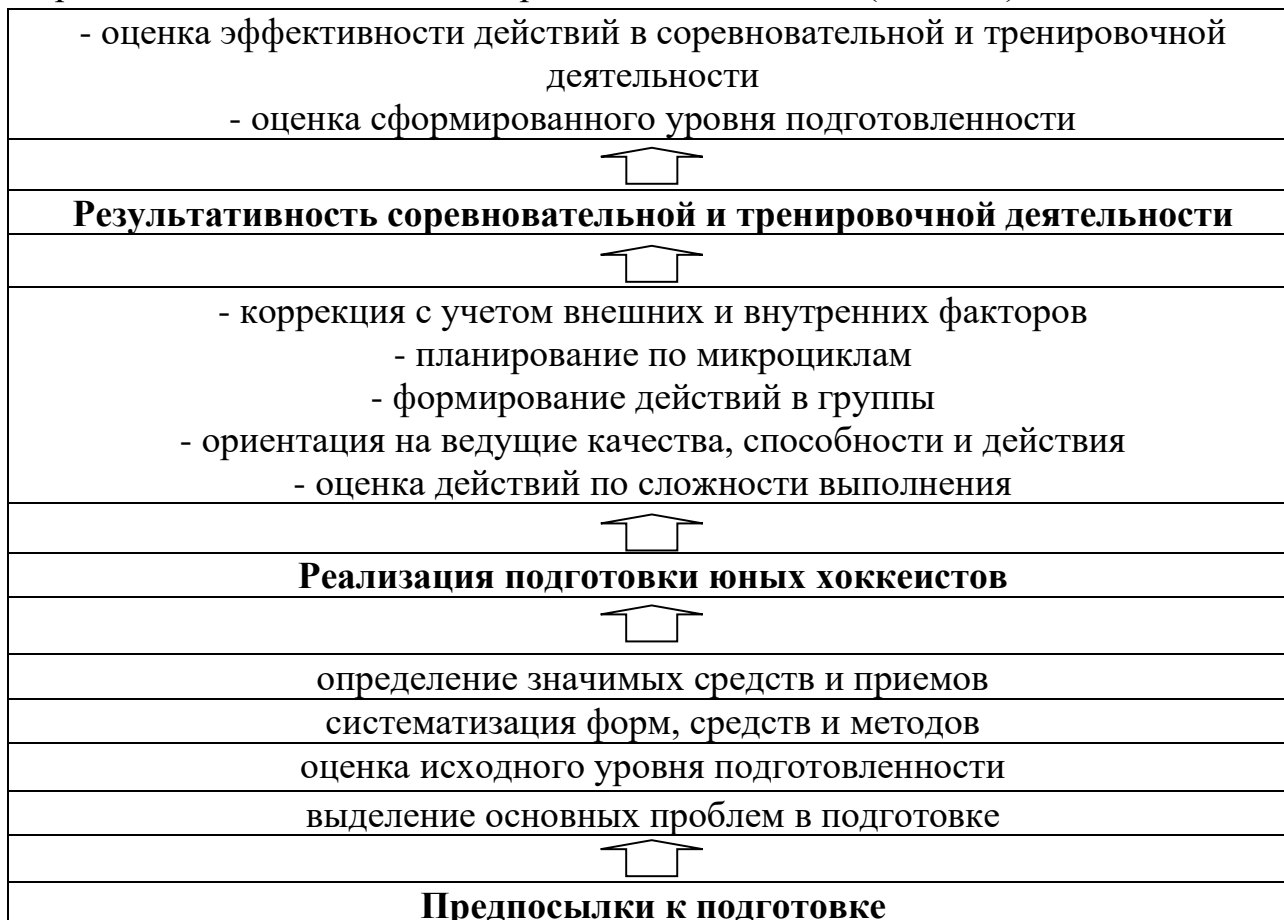


Схема 1. Схема подготовки юных хоккеистов

### **Режим занятий.**

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа для групп 1-3 годов обучения. Занятия проводятся в соответствии с расписанием занятий дополнительного образования и распорядком дня Нахимовского военно-морского училища.

### **1.8. Планируемые результаты программы.**

*Результат* – продемонстрировать достигнутый уровень спортивного мастерства в соответствии с временем занятия хоккеем и возрастным развитием.

*Личностные* – сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному развитию науки.

*Метапредметные* – систематизация, анализ полученной информации, заполнение таблиц и схем, планирование путей достижения целей;

*Предметные* – выполнять комплексы упражнений.

Формы и способы определения результативности, методика их проведения для каждого года обучения:

- анализ и обобщение;
- анкетирование;
- педагогическое наблюдение и тестирование;
- экспертное оценивание;
- математическая обработка результатов.

Отслеживание результативности по этапам:

– начальный контроль (сентябрь): на данном этапе производится первый срез определения эффективности обучения, определяется дальнейшая учебно-тренировочная работа;

– промежуточный контроль (декабрь): на втором этапе определяются промежуточные показатели эффективности обучения в соответствии с особенностями подготовки;

– итоговый контроль (май): носит завершающий и обобщающий характер, осуществляется анализ и систематизация годовой проведенной работы, формулируются выводы и составляется план работы на следующий сезон.

Все используемые в подготовке юных хоккеистов действия оцениваются по сложности выполнения.

Таблица 1

### **Оценка сложности освоения и выполнения действий в подготовке юных хоккеистов**

| № | Содержание и направленность действий                | Баллы |
|---|---|-------|
| 1 | Индивидуальные действия без сопротивления соперника | 1     |

|    |   |    |
|----|---|----|
| 2  | Индивидуальные действия (атакующие и оборонительные) при «пассивном» сопернике                  | 2  |
| 3  | Индивидуальные действия (атакующие и оборонительные) при «активном» сопернике                   | 3  |
| 4  | Групповые взаимодействия (атакующие и оборонительные) при «пассивном» сопернике и без соперника | 4  |
| 5  | Групповые взаимодействия (атакующие и оборонительные) при «активном» сопернике                  | 5  |
| 6  | Командные взаимодействия (атакующие и оборонительные) при «пассивном» сопернике и без соперника | 6  |
| 7  | Командные взаимодействия (атакующие и оборонительные) при «активном» сопернике                  | 7  |
| 8  | Игровые упражнения на площадках уменьшенных размеров с ограничениями и без ограничений          | 8  |
| 9  | Двусторонние учебно-тренировочные игры и игровые упражнения на всю хоккейную площадку           | 9  |
| 10 | Календарные игры  | 10 |