

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа по зимним видам спорта» г. Белгорода

Описание
дополнительной образовательной программы спортивной подготовки
по виду спорта «Хоккей с шайбой»
номер-код спортивной дисциплины 0030014 6 1 1 Я

Уровень образования	Наименование общеобразовательной программы	Описание программы
Дополнительное образование физкультурно-спортивной направленности	Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «Хоккей с шайбой», г.Белгород 2023 г.	<p>Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта (далее - Программа) муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Спортивная школа по зимним видам спорта» разработана с учетом примерных дополнительных образовательных программ спортивной подготовки.</p> <p>Программа является основным регламентирующим документом, охватывая комплекс параметров подготовки хоккеистов на весь многолетний период обучения, совокупности минимальных требований к спортивной подготовке по виду спорта, установленному федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «хоккей», утвержденным приказом Минспорта России «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «хоккей» от 16 ноября 2022 г. № 997 (далее - ФССП).</p> <p>Программа служит документом для эффективного построения работы с детьми и взрослыми, на этапах многолетней подготовки спортсменов по хоккею с шайбой и для содействия успешного решения задач физического воспитания детей и взрослых. Определяет комплекс основных характеристик образования (объем, содержание, планируемые результаты), организационно-педагогические условия реализации образовательной деятельности по виду спорта «хоккей с шайбой» и форм аттестации, который представлен в виде учебного плана, календарном учебном графике, рабочих программ, оценочных и методических материалов, а также планом воспитательной работы.</p> <p>Программа предусматривает последовательность и непрерывность многолетнего процесса становления мастерства, преемственность в решении задач укрепления здоровья, создания предпосылок для достижения высоких спортивных результатов обучающимися по виду спорта «хоккей».</p> <p>Программа рассчитана на 10 летний период подготовки. В реализации данной Программы участвуют дети и взрослые от 8 лет и более.</p>

Минимальный возраст зачисления детей в МБУДО СШ по ЗВС 8 лет. Максимальный возраст занимающихся, проходящих спортивную подготовку на этапах совершенствования спортивного мастерства составляет - 18 лет и более.

Программа раскрывает рекомендации построения, содержания и организации тренировочного процесса на различных этапах многолетней подготовки спортсменов, приводятся планы распределения учебного материала по хоккею с шайбой, система контрольных нормативов и требования для перевода занимающихся в группы следующего этапа подготовки.

Программный материал излагается по следующим этапам тренировочной подготовки и продолжительности периодов обучения:

- начальной подготовки - 3 года;
- тренировочном этапе подготовки - 5 лет;
- этапе совершенствования спортивного мастерства - без ограничений.
- высшего спортивного мастерства - без ограничений

Актуальность программы спортивной подготовки «хоккей» направлена не только на получение знаний, умений и навыков обучающимися, а также на обеспечение организации содержательного досуга, укрепление здоровья, удовлетворение потребности в активных формах познавательной деятельности и двигательной активности.

Нормативное обеспечение Программы.

Программа разработана на основании следующих нормативных актов:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федерального закона 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»;
- Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- приказа Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 "Об утверждении организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам";
- приказа Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. N 816 "Об утверждении Порядка применения организациями,

осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ";

- Постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- приказа Минспорта России от 03.08.2022 г. № 634 «Об особенностях организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки;

- с учетом требований федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «хоккей», утвержденного приказом Министерства спорта Российской Федерации от 16 ноября 2022 года № 997.

Целью реализации программы является обеспечение требований ФССП, достижение спортивных результатов на основе соблюдения спортивных и педагогических принципов в учебно-тренировочном процессе в условиях многолетнего, круглогодичного и поэтапного процесса спортивной подготовки.

Программы направлена на всестороннее физическое воспитание и нравственное развитие личности, приобретение обучающимися знаний, умений и навыков в области физической культуры и спорта, физическое совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, выявление и отбор одаренных детей и подростков, создание условий для прохождения спортивной подготовки, совершенствования 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, а также на подготовку кадров в области физической культуры и спорта.

Программа определяет содержание следующих этапов спортивной подготовки:

- этап начальной подготовки (далее - НП);
- учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) (далее - УТ);
- этап совершенствования спортивного мастерства (далее - ССМ);
- этап высшего спортивного мастерства (далее - ВСМ).

Программа позволяет комплексно решать оздоровительные, развивающие, воспитательные

задачи, обеспечивая дифференцированный подход к детям, их физической подготовке, состоянию здоровья.

Образовательные задачи: 1.Изучение истории и терминологии хоккея.

2. Изучение правил соревнований, технических и тактических приемов.

3. Изучение правил гигиены, питания и т.д.

Развивающие задачи. 1.Развитие общефизической подготовленности, дыхательной, сердечно - сосудистой системы, укрепление опорно-двигательного аппарата.

2.Развитие двигательных качеств: силы, силовой выносливости, скоростно-силовых движений, общей выносливости.

3. Развитие личностных качеств - дисциплинированность, терпение, трудолюбие, самостоятельность, ответственность, работоспособность, чувство товарищества, ценностное отношение к себе, людям, окружающему миру.

Воспитательные задачи. 1.Воспитание у подростков желания самостоятельно заниматься физической культурой и спортом, сознательно применять полученные знания в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья.

2.Воспитание положительной мотивации к познанию, творчеству и достижению цели.

3.Формирование адекватного поведения в различных социальных ситуациях.

Метапредметные задачи. 1. Формирование умения анализировать проделанную работу, планировать и организовывать дальнейшую деятельность.

2.Формирование основ эффективной самостоятельной деятельности и организации свободного времени.

Учебные занятия проводятся в соответствии с годовым учебным планом, рассчитанным на 52 недели.

Содержание: 1. Общая физическая подготовка.

2. Специальная физическая подготовка.

3. Участие в спортивных соревнованиях.

4. Техническая подготовка.

5. Тактическая, теоретическая, психологическая подготовка.

6. Инструкторская и судейская практика.

7.Медицинские, медико-биологические, восстановительные мероприятия, тестирование и контроль..

8. Контрольные мероприятия.

9. Восстановительные мероприятия.

Формы текущего контроля - выполнение упражнений по ОФП и СФП (зачет/незачет).

Формы промежуточной аттестации – сдача контрольно-переводных испытаний, собеседования по теоретической подготовке.

Формы итоговой аттестации – сдача контрольных испытаний, собеседования по теоретической подготовке.

Хоккей - это командный игровой вид спорта. Две команды состязаются на ограниченной бортовой системой ледовой площадке со специальной разметкой, нанесенной на лед в соответствии с правилами игры. Хоккей - с шайбой (англ. hockey), спортивная игра, заключающаяся в противоборстве двух команд, которые, передавая шайбу клюшками, стремятся забросить ее наибольшее количество раз в ворота соперника и не пропустить в свои. Цель игры заключается в том, чтобы забросить шайбу в ворота соперника и препятствовать таким же действиям в отношении своих ворот. Шайба вводится в игру вбрасыванием, при этом судья становится в центре одной из зон вбрасывания. Продолжительность хоккейного матча составляет 60 минут без учета времени на остановки: 3 периода по 20 минут.

В характеристике дополнительной образовательной программе определены сроки реализации этапов спортивной подготовки, возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количественный состав обучающихся в группах, часовой объем нагрузки, требования физической и спортивной подготовки.

Объемные показатели программы раскрывают: - виды (формы) обучения, медицинские требования к обучающимся.

Годовой план составлен с учетом соотношения видов спортивной подготовки (общей и специальной физической, технико-тактической, теоретической подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса.

Календарный план воспитательной работы составляется с учетом учебного плана, учебно-тренировочного графика и направлен на формирование морально-волевых качеств, воспитание лидерских качеств, привитие навыков здорового образа жизни. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним через проведение бесед, обучающих семинаров с обучающимися в условиях учебно-тренировочных занятий и родителями в рамках родительских собраний.

План инструкторской и судейской практики предусматривает приобщение обучающихся к роли помощника тренера-преподавателя, инструктора, участие в организации и проведении спортивных соревнований в качестве судей.. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий

и применения восстановительных средств.

Раздел. Система контроля программы:

Требования к результатам прохождения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки на всех этапах обучения, в том числе к участию в спортивных соревнованиях.

Оценка результатов освоения дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой МБУДО СШ по ЗВС, реализующей Программу, на основе разработанных комплексов контрольных упражнений, перечня тестов и (или) вопросов по видам подготовки, не связанным с физическими нагрузками (далее - тесты), а также с учетом результатов участия обучающегося в спортивных соревнованиях и достижения им соответствующего уровня спортивной квалификации, присвоения спортивного разряда.

Контрольные и контрольно-переводные норматив (испытания) по видам спортивной подготовки и уровень спортивной квалификации обучающимися, проходящими спортивную подготовку по годам обучения и этапам спортивной подготовки представлены с описанием нормативов (тестов) с указанием единицы результата выполнения.

Для проверки результатов обучения проводится тестирование и прием нормативов по общей физической подготовке (ОФП) и специально-физической подготовке (СФП). Инструкция по выполнению нормативов при проведении промежуточной аттестации и аттестации по итогам освоения программы.

В разделе рабочая программа: указан программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу подготовки с распределением часовой нагрузки по месяцам, в том числе виды упражнений.

Календарный учебно-тренировочный график, учебно-тематический план.

Примерный календарный учебно-тренировочный график составляется на учебный год МБУДО СШ по ЗВС самостоятельно по каждому этапу спортивной подготовки согласно объему соревновательной деятельности, определенному в Примерной программе, включающий в себя перечень спортивных и учебно-тренировочных мероприятий, период прохождения аттестации в течение учебного года, медико-биологических и восстановительных мероприятий по отдельным этапам, определяет календарный период проведения мероприятия.

		<p>Программный материал для практических занятий учащихся групп этапов подготовки представлен с описанием выполнения упражнений по физической, технической и психологической подготовке.</p>
		<p>Определены требования к материально-техническим условиям МБУДО СШ по ЗВС: оборудованию, спортивному инвентарю и экипировки спортсменов, необходимыми для прохождения спортивной подготовки.</p> <p>Специфика организации тренировочного процесса. Структура системы многолетней подготовки.</p> <p>Организация тренировочного процесса осуществляется в течение года. Построение спортивной подготовки зависит от календаря спортивных мероприятий, периодизации спортивной подготовки. Тренировочный процесс в МБУДО СШ по ЗВС, ведется в соответствии с годовым тренировочным планом, рассчитанным на 52 недели (с 1 сентября по 31 августа).</p> <p>Продолжительность 1 часа тренировочного занятия - 60 минут (астрономический час, включая 15 мин перерыв). Основными формами осуществления спортивной подготовки являются: - групповые и индивидуальные тренировочные и теоретические занятия;</p> <ul style="list-style-type: none"> • работа по индивидуальным планам; • учебно- тренировочные сборы; • участие в спортивных соревнованиях и мероприятиях; • инструкторская и судейская практика; • медико-восстановительные мероприятия; • тестирование и контроль. <p>Для обеспечения круглогодичности спортивной подготовки, подготовки к спортивным соревнованиям и активного отдыха (восстановления) обучающихся, проходящих спортивную подготовку, организуются учебно-тренировочные сборы, являющиеся составной частью (продолжением) тренировочного процесса в соответствии с перечнем учебно-тренировочных тренировочных сборов.</p>