

**ОТДЕЛ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД АРМАВИР
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «АЛЬБАТРОС»»**

Рассмотрена и одобрена на заседании
педагогического совета
Протокол № 1 от 18.07.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
МАОУ ДО Ш «Альбатрос»



Н.И. СЛЕДЬ

приказ № 24 от 24.07.2023 г.

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

разработана на основании Федерального стандарта спортивной подготовки
по виду спорта «хоккей», утвержденного приказом Министерства спорта
Российской Федерации № 997 от 16.11.2022 года

Армавир
2023 год

I. Общие положения

1. Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «хоккей» (далее – Программа) предназначена для организации образовательной деятельности по спортивной подготовке в дисциплине «хоккей», с учетом совокупности минимальных требований к спортивной подготовке, определенных федеральным стандартом спортивной подготовки по виду спорта «хоккей», утвержденным приказом Минспорта России от 16.11.2022 № 997 (далее – ФССП).

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

Основные цели на этапе начальной подготовки:

- формирование устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование широкого круга двигательных умений и навыков;
- освоение основ теории и техники по виду спорта «хоккей»;
- всестороннее гармоничное развитие физических качеств;
- укрепление здоровья спортсменов;
- отбор перспективных юных спортсменов для дальнейших занятий по виду спорта «хоккей».

Основные цели на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышение уровня общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки;
- приобретение опыта и достижение стабильности выступления на официальных спортивных соревнованиях по виду спорта «хоккей»;
- формирование спортивной мотивации;
- укрепление здоровья спортсменов.

II. Характеристика дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

3. Сроки реализации этапов спортивной подготовки и возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, количество лиц, проходящих спортивную подготовку в группах на этапах спортивной подготовки.

Настоящая Программа предназначена для подготовки спортсменов на следующих этапах подготовки:

- этап начальной подготовки;
- учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации).

При комплектовании учебно-тренировочных групп формируются учебно-тренировочные группы по виду спорта (спортивной дисциплине) и этапам спортивной подготовки, учитывается возможность перевода обучающихся из других Организаций.

Максимальная наполняемость учебно-тренировочных групп на этапах спортивной подготовки не превышает двукратного количества обучающихся, рассчитанного с учетом федерального стандарта спортивной подготовки.

Допускается проведение учебно-тренировочных занятий одновременно с занимающимися из разных групп, при соблюдении условий:

- непревышение разницы в уровне подготовки обучающихся двух спортивных разрядов и (или) спортивных званий, в командных игровых видах спорта - трех спортивных разрядов и (или) спортивных званий;
- непревышение единовременной пропускной способности спортивного сооружения;
- обеспечение требований по соблюдению техники безопасности;
- непревышение максимального количественного состава объединенной группы.

Сроки реализации этапов спортивной подготовки и минимальные возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку, минимальная (в соответствии с ФССП), а также максимальная (в соответствии с пунктом 4.3. приказа Минспорта России от 3 августа 2022 г. № 634) наполняемость в группах на этапах спортивной подготовки, представлены в таблице № 1.

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

Таблица № 1

Этапы спортивной подготовки	Срок реализации этапов спортивной подготовки (лет)	Минимальные возрастные границы лиц, проходящих спортивную подготовку (лет)	Наполняемость (человек)	
			минимальная	максимальная
Этап начальной подготовки	3	8	14	28
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	5	11	10	20

4. Объем программы.

Программа предусматривает большое количество астрономических часов на общефизическую, техническую подготовку спортсмена, развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей, уделяется внимание восстановительным, контрольным мероприятиям, специфике каждого игрового амплуа (вратарь, защитник, нападающий).

В Программе определены объемы учебно-тренировочных нагрузок, предложены варианты построения годичного учебно-тренировочного цикла с учетом возрастных особенностей и должного уровня физической и функциональной подготовленности.

При планировании объемов работы тренеров-преподавателей и иных специалистов, предлагается учитывать реализацию Программы в соответствии с утвержденным распорядительным актом организации (приказом руководителя) годовым планом работы, предусматривающим:

- работу одного тренера-преподавателя и (или) иного специалиста с группой занимающихся в течение всего учебно-тренировочного сезона (спортивного сезона);
- одновременную работу двух и более тренеров-преподавателей и (или) иных специалистов с одними и теми же занимающимися (группой), закрепленными распорядительным актом организации (приказом руководителя) одновременно за несколькими специалистами с учетом специфики избранного вида спорта (группы видов спорта) либо в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки;
- бригадный метод работы (работа по реализации Программы спортивной подготовки более чем одного тренера-преподавателя и (или) другого

специалиста, непосредственно осуществляющих учебно-тренировочный процесс) по этапам (периодам), с контингентом занимающихся, закрепленным распорядительным актом организации (приказом руководителя) персонально за каждым специалистом) с учетом конкретного объема, сложности и специфики работы.

Под расписанием учебно-тренировочных занятий (тренировок) понимается еженедельный график проведения занятий по группам подготовки, утвержденный распорядительным актом организации (приказом руководителя) и размещаемый на информационном стенде и на официальном сайте организации, осуществляющей спортивную подготовку в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" с соблюдением законодательства по защите персональных данных. Расписание учебно-тренировочных занятий (тренировок) рекомендуется утверждать после согласования с педагогическим составом в целях установления более благоприятного режима тренировок, отдыха спортсменов, с учетом их обучения в образовательных организациях.

При составлении расписания учебно-тренировочных занятий (тренировок) продолжительность одного учебно-тренировочного занятия рекомендуется рассчитывать в астрономических часах с учетом возрастных особенностей и этапа подготовки занимающихся следующей продолжительности:

- на этапе начальной подготовки до 2-х астрономических часов;
- на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) до 3-х астрономических часов;

При проведении более одного учебно-тренировочного занятия в один день суммарная продолжительность занятий не должна превышать 8 астрономических часов.

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

Разрядные нормы и разрядные требования устанавливаются с учетом особенностей развития вида спорта «хоккей», пола и возраста спортсменов. Возрастные группы участников соревнований определяются правилами официальных соревнований.

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки отражен в таблице № 2.

Объем дополнительной образовательной программы спортивной подготовки

Таблица № 2

Этапный норматив	Этапы и годы спортивной подготовки			
	Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Количество часов в неделю	4,5-6	6-8	12-14	16-18
Общее количество часов в год	234-312	312-416	624-728	832-936

5. Виды (формы) обучения, применяющиеся при реализации дополнительной образовательной программы спортивной подготовки.

Различают следующие виды (формы) обучения:

- учебно-тренировочные занятия (групповые, индивидуальные, смешанные);
- учебно-тренировочные сборы;
- участие в спортивных соревнованиях;
- инструкторская и судейская практика;
- теоретические занятия (в форме бесед, лекций, просмотра соревнований);
- медицинские, медико-биологические и восстановительные мероприятия;
- работа по планам самостоятельной подготовки;
- проведение занятий в дистанционной форме;
- промежуточное и итоговое тестирование, контроль.

Занятия проводятся в ледовом дворце, тренажерном зале, в условиях спортивно-оздоровительного лагеря, культурно-массовых мероприятий, участия в конкурсах и смотрах.

Учебно-тренировочные мероприятия определены в таблице № 3.

Учебно-тренировочные мероприятия

Таблица № 3

№ п/п	Виды учебно-тренировочных мероприятий	Предельная продолжительность учебно-тренировочных мероприятий по этапам спортивной подготовки (количество суток) (без учета времени следования к месту проведения учебно-тренировочных мероприятий и обратно)	
		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 подготовке 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 суток подряд и не более двух учебно-тренировочных мероприятий в год	
2.5.	Просмотровые учебно-тренировочные мероприятия	-	До 60 суток

Соревновательная деятельность – неотъемлемая часть спортивной подготовки, целью которой является проверка функциональной готовности спортсменов, достижение ими личных, командных результатов. На различных этапах спортивной подготовки соревнования соответствуют тем требованиям и задачам, которые необходимо решить в соответствующий

период подготовки.

Различают контрольные, отборочные и основные соревнования.

Целью *контрольных соревнований* является определение функциональной готовности спортсмена на соответствующем этапе спортивной подготовки, выполнение им конкретных задач, поставленных тренером-преподавателем в данный период подготовки, контроль эффективности выполнения требований этапа, приобретение соревновательного опыта. Данный вид соревнований может иметь статус как официальных, так специально организованного контрольного мероприятия.

Целью *отборочных соревнований* является формирование состава команды либо участников основных соревнований путем выполнения спортсменами соответствующих нормативов, разрядных требований, занятия призовых мест. Как правило, статус таких соревнований является не ниже официальных соревнований муниципального образования.

Целью *основных соревнований* является достижение максимальных результатов, занятие конкретных призовых мест, выполнение соответствующих разрядных требований, задач, которые поставлены перед спортсменом на данном этапе спортивной подготовки.

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.

Организация, реализующая дополнительные образовательные программы спортивной подготовки, направляет обучающегося 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.

Минимальный объем соревновательной деятельности по каждому этапу спортивной подготовки представлен в таблице № 4.

**Минимальные объемы соревновательной деятельности по виду спорта
«хоккей»**

Таблица №4

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

6. Годовой учебно-тренировочный план.

Физические нагрузки в отношении лиц, проходящих спортивную подготовку по хоккею, назначаются тренером-преподавателем (тренерами-преподавателями) с учетом возраста, пола и состояния здоровья таких лиц и в соответствии с нормативами физической подготовки и иными спортивными нормативами, предусмотренными федеральным стандартом спортивной подготовки.

На каждом этапе спортивной подготовки учебно-тренировочный процесс ведется с учетом соотношения видов спортивной подготовки, иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса, и отражается в годовом учебно-тренировочном плане. Соотношение видов спортивной подготовки и иных мероприятий в структуре учебно-тренировочного процесса на этапах спортивной подготовки представлены в таблице № 5.

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

Таблица № 5

№ 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 трех лет	Свыше трех 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

План спортивной подготовки рассчитан на 52 недели. Год спортивной подготовки начинается 1 января и заканчивается 31 декабря. В летний период спортсмены проводят занятия в спортивно-оздоровительном лагере либо самостоятельно по заданиям тренера-преподавателя поддерживают свою спортивную форму (активный отдых). Годовой объем обучения определяется из расчета режима основной работы на 46 недель и работы по планам самостоятельной подготовки в период активного отдыха спортсменов на 6 недель. Продолжительность самостоятельной подготовки составляет не менее 10% и не более 20% от общего количества часов, предусмотренных годовым учебно-тренировочным планом

Расписание занятий согласовывается с педагогическим составом, при этом учитываются часы занятий спортсменами в их образовательных учреждениях. Допускается объединение учебно-тренировочных групп.

При расчёте времени учебно-тренировочного занятия для соответствующего этапа учитывается объем нагрузки, предусмотренный Федеральным стандартом. Расчёт производится в астрономических часах (один час равен 60 минутам).

Годовые учебно-тренировочные планы по каждому этапу спортивной подготовки в таблице 6.

Годовой учебно-тренировочный план для групп начального этапа подготовки, учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)

Таблица № 6

Виды подготовки и иные мероприятия	НП		УТ	
	До года	Свыше года	До трех лет	Свыше трех лет
Недельная нагрузка в часах (астрономических)	6	8	12	16
Максимальная продолжительность одного занятия	2	2	3	3
Наполняемость групп (человек)	14-25	14-25	10-20	10-20
Общая физическая подготовка	72	70	64	82
Специальная физическая подготовка	16	22	68	82
Участие в спортивных соревнованиях	-	24	98	132
Техническая подготовка	104	116	94	98
Тактическая подготовка	14	20	35	50
Теоретическая подготовка	14	20	35	50
Психологическая подготовка	14	20	35	50
Инструкторская практика	-	-	-	13
Судейская практика	-	-	-	13
Медицинские, медико-биологические мероприятия	8	10	12	14
Восстановительные мероприятия	62	104	171	236
Контрольные мероприятия (тестирование и контроль)	8	10	12	12
Общее количество астрономических часов в год	312	416	624	832

7. Календарный план воспитательной работы.

Для гармоничного развития спортсмена как личности необходимо создание условий, способствующих активизации интеллектуальных,

творческих, иных качеств учащихся, их социализации и адаптации в обществе.

Главной целью воспитательной работы является содействие формированию качеств личности гражданина, отвечающих национально-государственным интересам Российской Федерации, и создание условий для самореализации личности. Напряженная учебно-тренировочная и соревновательная деятельность, связанная с занятием спортом, предоставляет значительные возможности для осуществления воспитательной работы. Воспитательная работа неразрывно связана с практической и теоретической подготовкой обучающихся.

Эффективность воспитательной работы во многом зависит от тщательного выбора методов, средств и форм ее реализации в процессе многолетней подготовки спортсменов. При этом тренеры-преподаватели учитывают, что воспитательная работа всегда носит конкретный характер. Формы, которые действенны в работе с юными спортсменами 7-8-летнего возраста, могут оказаться неэффективными в работе с 12-13-летними подростками и будут просто нелепы по отношению к 15-16-летним юниорам. Педагогические формы воздействия, которые можно рекомендовать при работе с девушками, могут не подойти для юношей. Воздействия, которые могут эффективно использоваться в подготовительном периоде годичного цикла подготовки, неприемлемы перед ответственными стартами и т.д.

Одна из главных особенностей спортивной деятельности - большое влияние на спортсмена личности тренера-преподавателя. Для подростка, увлеченного спортом, тренер-преподаватель становится тем эталоном, по которому он учится жить, мерками которого измеряются все достоинства и недостатки. Стоит тренеру-преподавателю лишь раз нарушить привычные нормы, установленные правила - и многое может быть потеряно. Эффективная воспитательная работа предполагает постоянное изучение тренером-преподавателем внутреннего мира ученика, наиболее типичных свойств его личности, особенностей мышления, обстоятельств жизни в семье, учебы в школе, взаимоотношений с товарищами.

Необходимо учитывать влияние, которое оказывают родители на формирование отношения детей к занятиям спортом. Поэтому тренер-преподаватель пытается найти взаимопонимание с родителями. Ведущее значение в воспитательной работе с юными спортсменами уделяется формированию таких значимых для спортивной деятельности нравственных черт личности, как воля, трудолюбие, дисциплинированность.

В целях повышения эффективности воспитания тренер-преподаватель организует учебно-тренировочный процесс, чтобы перед юными

спортсменами постоянно ставились реальные задачи физического и интеллектуального совершенствования. Характер задач, средства и методы подготовки строго соответствуют возрасту юных спортсменов и этапу многолетней подготовки.

Основываясь на целях, задачах и проблематике процесса воспитательной деятельности в учреждении составляется календарный план воспитательной работы, реализация которого призвана сформировать спортсмена как волевою, ответственную, дисциплинированную личность, способную добиваться положительных результатов в жизни. Календарный план воспитательной работы представлен в таблице № 7.

Календарный план воспитательной работы

Таблица № 7

№ п/п	Направление работы	Мероприятия	Сроки проведения
1.	Профориентационная деятельность		
1.1.	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; - получение теоретических знаний судейства для присвоения квалификационной категории спортивного судьи по хоккею (с 16 лет)	В течение года
1.2.	Инструкторская практика	Учебно-тренировочные занятия, в рамках которых предусмотрено: - освоение навыков организации и проведения учебно-тренировочных занятий в качестве помощника тренера-преподавателя, инструктора; - составление конспекта учебно-тренировочного занятия в	В течение года

		<p>соответствии с поставленной задачей;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование навыков наставничества; - формирование сознательного отношения к учебно-тренировочному и соревновательному процессам; - формирование склонности к педагогической работе; - профориентация спортсмена в хоккее 	
2.	Здоровьесбережение		
2.1.	<p>Организация и проведение мероприятий, направленных на формирование здорового образа жизни</p>	<p>Дни здоровья и спорта, в рамках которых предусмотрено:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование знаний и умений в проведении дней здоровья и спорта, спортивных фестивалей (написание положений, требований, регламентов к организации и проведению мероприятий, ведение протоколов); - подготовка пропагандистских акций по формированию здорового образа жизни средствами различных видов спорта; - участие в открытых уроках с наставниками 	В течение года
2.2.	<p>Режим питания и отдыха</p>	<p>Практическая деятельность и восстановительные процессы обучающихся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 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
2.3	<p>Правила гигиены</p>	<p>Изучение элементарных требований личной гигиены спортсмена, беседы с учащимися, формирование привычек в использование предметов гигиены</p>	1 раз в полугодие
3.	Патриотическое воспитание обучающихся		
3.1.	<p>Теоретическая подготовка (воспитание патриотизма,</p>	<p>Беседы, встречи, диспуты, другие мероприятия с приглашением</p>	В течение года

	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)	именитых спортсменов, тренеров-преподавателей и ветеранов спорта с обучающимися и иные мероприятия, определяемые организацией, реализующей дополнительную образовательную программу спортивной подготовки	
3.2.	Практическая подготовка (участие в физкультурных мероприятиях и спортивных соревнованиях и иных мероприятиях)	Участие в тематических физкультурно-спортивных праздниках, организуемых в том числе организацией, реализующей дополнительные образовательные программы спортивной подготовки;	В течение года
3.3.	Спортивные мероприятия посвященные «Дню Победы»	Участие в соревнованиях, в церемонии награждения, открытия, закрытия мероприятия	Май
3.4.	Спортивные мероприятия посвященные «Дню России»	Участие в соревнованиях, в церемонии награждения, открытия, закрытия мероприятия	Июнь
3.5.	Спортивные мероприятия посвященные «Дню Защитника отечества»	Участие в соревнованиях, в церемонии награждения, открытия, закрытия мероприятия	Февраль
4.	Развитие творческого мышления		
4.1.	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; - развитие эмоциональной устойчивости к критике, умение отличать конструктивную критику от	В течение года

		обидных замечаний - укрепление товарищеской взаимовыручки и коллективной поддержки	
5.	Взаимодействие с родителями (законными представителями)		
5.1.	Родительские собрания	Организация и проведение встреч родителей и тренеров- преподавателей. Обсуждение поведения спортсменов на тренировках, отношения к тренировочным занятиям, нагрузкам, анализ микроклимата в группе.	1 раз в полугодие
5.2.	Вовлеченность в спортивные, массовые мероприятия	Участие родителей при проведении спортивных, массовых мероприятий в качестве болельщика, мотивационной поддержки спортсменов при проведении соревнований.	В соответствии с календарным планом физкультурных и спортивно- массовых мероприятий учреждения

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

Спортсмены должны соблюдать антидопинговые правила. Спортсмены также должны:

- подробно изучить Антидопинговый кодекс;
- ставить в известность врача или фармацевта о том, что они могут быть подвергнуты допинг-контролю;
- консультироваться с антидопинговой организацией или организаторами соревнований в том случае, если по медицинским показателям им необходим прием субстанций, входящих в запрещенный список – в этом случае необходимо заранее сделать запрос на терапевтическое использование;
- осторожно относиться к нелицензированным препаратам, таким как пищевые добавки или гомеопатические средства, так как они могут содержать запрещенные субстанции;
- предоставлять информацию о своем местонахождении и быть доступным для тестирования в случае необходимости.

Мероприятия антидопинговой программы проводятся на каждом этапе спортивной подготовки, и преследуют следующие цели:

- обучение спортсменов конкретным знаниям по предупреждению применения допинга в спорте, основам антидопинговой политики;

- обучение спортсменов общим основам фармакологического обеспечения в спорте, предоставление им адекватной информации о препаратах средствах, применяемых в спорте с целью управления работоспособностью;

- увеличение числа молодых спортсменов, ведущих активную пропаганду по неприменению допинга в спорте.

Планы антидопинговых мероприятий.

Круглогодично педагогическим составом со спортсменами проводится разъяснительная работа по пресечению использования допинга. На этапе начальной подготовки, учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) спортсмены один раз в год проходят углубленное медицинское обследование.

Так же, согласно Положению об организации и проведении антидопингового контроля в области физической культуры и спорта в Российской Федерации, обязательному антидопинговому контролю подлежат призеры, а также спортсмены, определенные по жребию. Спортсмен может быть тестирован несколько раз в течение соревнований. При этом максимально учитываются все интересы по участию в соревнованиях. План мероприятий, направленный на предотвращение допинга в спорте и борьбу с ним представлен в таблице № 8.

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

Таблица № 8

Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия и его форма	Сроки проведения	Рекомендации по проведению мероприятий
Этап начальной подготовки	Теоретические занятия со спортсменами в форме беседы	2 раза в год	Тренером-преподавателем в форме беседы со спортсменами проводится исторический обзор и освещение основной проблематики допинга в спорте. Ознакомление занимающихся с последствиями и ответственностью при использовании допинга в спорте включает в себя приведение конкретных примеров известных спортсменов, повлекшие полную или частичную дисквалификацию, отстранение

			от международных соревнований, репутационные потери. Беседы направлены на профилактику использования допинга в спорте.
	Дистанционное обучение	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса на официальном сайте РУСАДА с получением соответствующего сертификата спортсменами, а также тренерами-преподавателями
	Родительское собрание	1 раз в год	Вовлечение в ходе встречи родителей в использование их авторитетной роли при формировании антидопинговой культуры.
	Ознакомление спортсменов с антидопинговыми правилами под роспись	В начале учебного года	Обязательное ознакомление тренером-преподавателем спортсменов с отражением в журналах учета спортивной подготовки (в соответствующем разделе) отметок об ознакомлении с антидопинговыми правилами
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Дистанционное обучение	1 раз в год	Прохождение онлайн-курса на официальном сайте РУСАДА с получением соответствующего сертификата спортсменами, а также тренерами-преподавателями
	Теоретические занятия со спортсменами в форме беседы	2 раза в год	Разъяснения тренером-преподавателем психологических и имиджевых последствий применения допинга. Ознакомление спортсменов с процедурой допинг-контроля, а также с перечнем запрещенных препаратов и субстанций. Пропаганда принципов «честной игры».
	Родительское собрание	1 раз в год	В ходе встречи тренера-преподавателя с родителями усиление их авторитетного влияния и контроля, а также недопущение фактов применения допинга спортсменами

	Ознакомление спортсменов с антидопинговыми правилами под роспись	В начале учебного года	Обязательное ознакомление тренером-преподавателем спортсменов с отражением в журналах учета спортивной подготовки (в соответствующем разделе) отметок об ознакомлении с антидопинговыми правилами
--	--	------------------------	---

9. Планы инструкторской и судейской практики.

Работа по развитию инструкторских и судейских навыков проводится в группах учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) согласно типовому учебному плану в форме семинаров, практических занятий, самостоятельного проведения учебно-тренировочных занятий и обслуживания соревнований.

Основные навыки инструкторской и судейской практики включают:

- составление рабочих планов и конспектов занятий, индивидуальных перспективных планов на этап, период, годичный цикл подготовки, необходимой документации;
- проведение учебно-тренировочных занятий по физической и технической подготовке в учебно-тренировочных группах;
- составление положения о соревнованиях, практику судейства по основным обязанностям членов судейской коллегии на соревнованиях в спортивной школе, общеобразовательных школах района, города;
- организацию и судейство районных и городских соревнований по хоккею.

Планы инструкторской и судейской практики представлены в таблице № 9.

Планы инструкторской и судейской практики

Таблица № 9

Этап спортивной подготовки	Вид практики	Содержание практики
Этап начальной подготовки	Инструкторская	Не предусмотрено программой
	Судейская	Не предусмотрено программой
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Инструкторская	Самостоятельное проведение подготовительной части учебно-тренировочного занятия: обучающиеся подбирают основные упражнения для разминки и самостоятельно проводят ее по заданию тренера-преподавателя. Обучение основным техническим элементам: обучающиеся демонстрируют

		технические действия, выявляют и исправляют ошибки при выполнении упражнений другими спортсменами. Ведение дневника самоконтроля.
	Судейская	Участие в судействе соревнований в роли секретаря, судьи при оштрафованных игроках, судьи-информатора, линейного судьи в поле. Ведение протоколов соревнований. Получение необходимых теоретических и практических навыков для присвоения судейской категории по хоккею

10. Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств.

Медико-биологическое обеспечение решает задачи мониторинга, прогнозирования функционального состояния спортсмена в условиях физических и психоэмоциональных нагрузок, а также включает средства восстановления для управления работоспособностью организма.

Медицинские мероприятия на начальном этапе и учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) включают: контроль сведений о состоянии здоровья спортсмена при зачислении в организацию, допуск к тренировкам и соревнованиям, предупреждение и выявление заболеваний и травм, своевременное выявление и устранение переутомления, контроль переносимости учебно-тренировочных и соревновательных нагрузок, контроль режима подготовки.

Медико-биологические мероприятия на начальном этапе и учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) включают контроль и анализ данных прохождения спортсменами углубленных медицинских обследований (УМО). Анализ диспансерных обследований, текущего контроля функционального состояния физиологических систем, мероприятия лечебно-профилактической направленности.

Программа УМО состоит из медицинских обследований, которые определены в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации.

Восстановительные мероприятия на начальном этапе и учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) являются неотъемлемой частью учебно-тренировочного процесса.

Выбор и методика применения средств восстановления зависит от способности спортсмена выполнить запланированный объем физических

нагрузок и определяется возрастом, квалификацией, индивидуальными особенностями спортсмена, характером и особенностями построения учебно-тренировочных нагрузок. План применения восстановительных средств разрабатывается для группы с учетом индивидуальных особенностей каждого спортсмена и потребностей в том или ином средстве восстановления в зависимости от периода спортивной подготовки.

Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств представлены в таблице № 10.

Планы медицинских, медико-биологических мероприятий и применения восстановительных средств

Таблица № 10

Вид мероприятия	Этап спортивной подготовки	Содержание мероприятия	Периодичность проведения
Медицинские мероприятия	НП	Контроль своевременности прохождения медицинских осмотров	1 раз в 12 месяцев
	УТ	Контроль своевременности прохождения углубленных медицинских осмотров	1 раз в 12 месяцев
	НП УТ	Первичная обработка медицинских заключений о состоянии здоровья перед зачислением в организацию	В соответствии с датами приказа
	НП УТ	Контроль прохождения дополнительных медицинских обследований (III и IV группы здоровья)	По назначению
Медико-биологические мероприятия	НП УТ	Систематический контроль состояния здоровья спортсменов – членов спортивных сборных команд Краснодарского края. Своевременное прохождение УМО в специализированных центрах медицинской профилактики. Получение заключения о допуске/не допуске к учебно-тренировочному процессу, соревновательной деятельности. Выявление возможной необходимости ограничения физических нагрузок,	По графику

		направление на дальнейшее обследование.	
	УТ	Мероприятия по профилактике, диагностике, лечению и медицинской реабилитации, оценке адекватности физических нагрузок состоянию здоровья спортсменов, восстановлению их здоровья. Анализ тренером-преподавателем ЧСС в спокойном состоянии, до и после пиковых нагрузок, отслеживание времени, необходимого на восстановление, заполнение дневника самоконтроля спортсменом. Работа спортсменом по индивидуальному графику в случае восстановления функционала после травмы, повреждения.	По назначению
	УТ	Текущее обследование. Проводится тренером-преподавателем, врачом по спортивной медицине на учебно-тренировочных сборах. Направлено на получение оперативной информации о действиях спортсменов на тренировках, функциональном состоянии и переносимости нагрузок. Цель – получение точной индивидуализации и повышение эффективности учебно-тренировочного процесса, выбора средств и методов тренировки в текущем учебно-тренировочном цикле.	В период учебно-тренировочных сборов
Восстановительные мероприятия	НП УТ	Применение педагогических, медико-биологических, психологических средств восстановления. Соответствие учебно-тренировочной нагрузки функциональным возможностям спортсмена.	В соответствии с планами выведения спортсмена на пиковые формы готовности и последующего отдыха

		Рациональное соотношение общих и специальных средств подготовки. Эффективное сочетание упражнений различной интенсивности и направленности в микро- и мезо-циклах тренировки. Правильное сочетание работы и отдыха. Введение специальных разгрузочных циклов подготовки. Правильное распределение учебно-тренировочных занятий в течение дня с учетом суточных биоритмов работоспособности. Рациональная организация учебно-тренировочных нагрузок в отдельном учебно-тренировочном занятии.	
	УТ	Восстановительные учебно-тренировочные сборы (для участников спортивных соревнований не ниже уровня субъекта Российской Федерации)	По плану спортивных соревнований и мероприятий
	УТ	Применение физических форм восстановления как способности неспецифической стимуляции функциональных систем организма. Использование гидропроцедур, посещение сауны, применение спортивного массажа как эффективного средства борьбы с переутомлением и повышения работоспособности организма спортсмена.	В период восстановления после длительных нагрузок

III. Система контроля

11. По итогам освоения Программы применительно к этапам спортивной подготовки лицу, проходящему спортивную подготовку (далее – обучающийся), необходимо выполнить следующие требования к результатам прохождения Программы, в том числе, к участию в спортивных соревнованиях:

11.1. На этапе начальной подготовки:

- изучить основы безопасного поведения при занятиях спортом;
- повысить уровень физической подготовленности;

- овладеть основами техники вида спорта «хоккей»;
- получить общие знания об антидопинговых правилах;
- соблюдать антидопинговые правила;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки.

11.2. На учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации):

- повышать уровень физической, технической, тактической, теоретической и психологической подготовленности;
- изучить правила безопасности при занятиях видом спорта «хоккей» и успешно применять их в ходе проведения учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных соревнованиях;
- соблюдать режим учебно-тренировочных занятий;
- изучить основные методы саморегуляции и самоконтроля;
- овладеть общими теоретическими знаниями о правилах вида спорта «хоккей»;
- изучить антидопинговые правила;
- соблюдать антидопинговые правила и не иметь их нарушений;
- ежегодно выполнять контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований муниципального образования на первом и втором году;
- принимать участие в официальных спортивных соревнованиях не ниже уровня спортивных соревнований субъекта Российской Федерации, начиная с третьего года;

12. Оценка результатов освоения Программы сопровождается аттестацией обучающихся, проводимой организацией, 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.

Виды аттестации в соответствии с требованиями ФЗ № 273 «Об образовании в Российской Федерации»:

- промежуточная аттестация – проводится ежегодно в конце учебно-тренировочного года (этапа) для перевода обучающихся на следующий год (этап);
- итоговая аттестация – проводится по завершению обучения по всей Программе на завершающем этапе.

Тесты по видам подготовки определены в таблицах №№ 11-18.

**Вопросы по видам подготовки, не связанные с физическими
нагрузками для начального этапа спортивной подготовки 1-го года
обучения**

Таблица № 11

№ п/п	Вопросы	Варианты ответов
1.	Сколько игроков должно находиться на площадке со стороны одной команды в начале игры?	а) 5 б) 6 в) 4
2.	Продолжительность игрового отрезка в хоккее?	а) Раунд б) Тайм в) Период
3.	Как называется защита лезвий коньков?	а) Чехлы б) Щитки в) Наконечники
4.	Как называется штрафной бросок в хоккее?	а) Гамбит б) Буллит в) Юлит

**Вопросы по видам подготовки, не связанные с физическими
нагрузками для начального этапа спортивной подготовки 2-го года
обучения**

Таблица № 12

№ п/п	Вопросы	Варианты ответов
1.	Какого амплуа не существует в хоккее?	а) Нападающий б) Вратарь в) Полузащитник
2.	Сколько периодов в основном времени матча?	а) 5 б) 3 в) 4
3.	Какой из предметов не входит в экипировку хоккеиста?	а) Щитки б) Визор в) Варежки
4.	Как называется передача шайбы от одного игрока другому во время игры?	а) Пас б) Тик в) Ток

Вопросы по видам подготовки, не связанные с физическими нагрузками для начального этапа спортивной подготовки 3-го года обучения

Таблица № 13

№ п/п	Вопросы	Варианты ответов
1.	Как называется дополнительное время, назначаемое для определения победителя?	а) Овертайм б) Даунтайм в) Тайм
2.	Как называется человек, который следит за соблюдением правил на площадке во время игры?	а) Судья б) Пристав в) Полицейский
3.	Сколько весит стандартная хоккейная шайба?	а) 20 грамм б) 200 грамм в) 500 грамм
4.	Где проводит время удаленный с площадки игрок?	а) На скамейке штрафников б) В раздевалке в) На трибуне со зрителями

Вопросы по видам подготовки, не связанные с физическими нагрузками для учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) 1-го обучения.

Таблица № 14

№ п/п	Вопросы	Варианты ответов
1.	Как называется защита у вратаря на руках?	а) Сачок и отбивка б) Ловушка и блин в) Щит и меч
2.	Самый результативный игрок НХЛ за всю историю?	а) Патрик Кейн б) Уэйн Гретцки в) Яромир Ягр
3.	Какого цвета шайбы официально не существует?	1) Черной 2) Белой 3) Желтой
4.	Как определяется лучший бомбардир?	а) Кто забил больше всех голов б) Кто заработал больше всех минут штрафа в) Кто набрал больше всех очков по системе гол+пас

Вопросы по видам подготовки, не связанные с физическими нагрузками для учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) 2-го обучения.

Таблица № 15

№ п/п	Вопросы	Варианты ответов
1.	Сколько замен игроков разрешается во время матча?	а) 5 б) 7 в) Неограниченно
2.	Из чего должны быть сделаны борта хоккейной площадки?	1) Из пластика 2) Из льда 3) Из стекла
3.	С кем играла Сборная России по хоккею в финале Олимпиады 2018 года?	1) Канада 2) Швейцария 3) Германия
4.	Сколько максимальное количество игроков может вмещать заявка на матч?	а) 15 б) 20 в) 22

Вопросы по видам подготовки, не связанные с физическими нагрузками для учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) 3-го обучения

Таблица № 16

№ п/п	Вопросы	Варианты ответов
1.	Что разрешается делать при отборе шайбы?	а) Делать подножку б) Ударить клюшкой по рукам в) Поднять клюшку
2.	Как расшифровывается КХЛ?	а) Космическая хоккейная лига б) Континентальная хоккейная лига в) Канадская хоккейная лига
3.	Кто забил «золотую» шайбу на Олимпиаде 2018 года?	а) Вячеслав Войнов б) Кирилл Капризов в) Никита Гусев
4.	Какой хоккеист НХЛ первым набрал 1000 очков?	а) Горди Хоу б) Сергей Мозякин в) Сидни Кросби

Вопросы по видам подготовки, не связанные с физическими нагрузками для учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) 4-го обучения

Таблица № 17

№ п/п	Вопросы	Варианты ответов
1.	Где разрешается отдать пас рукой?	а) В своей зоне б) В чужой зоне

		в) Нигде
2.	Кто из российских хоккеистов является лучшим снайпером за всю историю НХЛ?	а) Александр Овечкин б) Владислав Третьяк в) Сергей Федоров
3.	Из чего сделана официальная шайба?	а) Резина б) Каучук в) Пластик
4.	Кто забил "золотой гол" на Чемпионате Мира 2008 года?	а) Сергей Макиенко б) Рик Неш в) Илья Ковальчук

Вопросы по видам подготовки, не связанные с физическими нагрузками для учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) 5-го обучения

Таблица № 18

№ п/п	Вопросы	Варианты ответов
1.	Когда разрешается полевому игроку находящемуся в зоне атаки заезжать во вратарскую площадь?	а) Никогда б) Когда шайба находится в ней в) Когда угодно
2.	По правилам ФХР до какого возраста полевого игрок обязан играть в защитной маске и защите шеи?	а) 16 лет б) 18 лет в) 20 лет
3.	С каким счетом закончился первый матч супер серии СССР – Канада в 1972 году?	а) 7-3 б) 3-4 в) 4-3
4.	Кого специалисты считали лучшим вратарем в 80-х?	а) Владислав Третьяк б) Николай Хабибуллин в) Сергей Бобровский

Тестирование проводится в устной форме. Для получения оценки «зачет» обучающийся должен дать правильные ответы на 3 из 4 вопросов.

Порядок и сроки проведения аттестации определяются локальными актами Учреждения.

Положительным итогом прохождения промежуточной или итоговой аттестации является выполнение следующих требований:

- сдача комплексов контрольных упражнений (нормативов по общей физической и специальной физической подготовке) с результатом «зачет»;
- достижение соответствующего уровня спортивной квалификации, соответствующего требованиям ФССП;
- прохождение в устной форме тестов по видам подготовки, не связанных с физическими нагрузками с результатом «зачет»;

- выполнение минимального объема соревновательной деятельности в соответствии с требованиями ФССП.

Результаты проведения аттестации отражаются в протоколах аттестационной комиссии.

При выполнении всех требований промежуточной аттестации обучающийся переводится на следующий год (этап).

Неудовлетворительные результаты промежуточной аттестации (невыполнения одного из требований промежуточной аттестации) или непрохождение промежуточной аттестации при отсутствии уважительных причин признаются академической задолженностью. Обучающиеся обязаны ликвидировать академическую задолженность.

Обучающиеся, имеющие академическую задолженность, вправе пройти промежуточную аттестацию не более двух раз в сроки, определяемые организацией, осуществляющей образовательную деятельность, в пределах одного года с момента образования академической задолженности. В указанный период не включается отсутствие обучающегося по уважительным причинам.

Для проведения промежуточной аттестации во второй раз образовательной организацией создается комиссия.

Обучающиеся, не прошедшие промежуточной аттестации по уважительным причинам или имеющие академическую задолженность, переводятся на следующий этап условно.

В случае не ликвидации академической задолженности аттестационная комиссия принимает решение об отчислении из Учреждения со справкой о досрочном завершении обучения.

Лицам, успешно завершившим программу и выполнившим итоговую аттестацию, выдается документ об обучении.

В случае невыполнения требований итоговой аттестации, обучающемуся в конце учебно-тренировочного года выдается справка о прохождении обучения в Учреждении.

13. Контрольные и контрольно-переводные нормативы (испытания) по видам спортивной подготовки.

Для зачисления и перевода на начальный этап спортивной подготовки 1-3 года подготовки разработан комплекс упражнений, включающий нормативы по общей физической и общей специальной подготовке (таблицы № 19, 20, 21).

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления на этап начальной подготовки 1-го года обучения по
виду спорта «хоккей»**

Таблица № 19

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
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 толчком двумя ногами	см	не менее	
			135	125
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа 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

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки 2-го года
обучения по виду спорта «хоккей»**

Таблица № 20

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 20 м	с	не более	
			4,2	5,0
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			140	130
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			18	13
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег на коньках 20 м	с	не более	
			4,5	5,2
2.2.	Бег на коньках челночный 6х9 м	с	не более	
			16,5	18,0
2.3.	Бег на коньках спиной вперед 20 м	с	не более	
			6,5	7,1

2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	не более	
			13,0	14,0
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	не более	
			15,0	17,0

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода на этап начальной подготовки 3-го года обучения по виду спорта «хоккей»

Таблица № 21

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 20 м	с	не более	
			3,9	4,7
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			145	135
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			21	15
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег на коньках 20 м	с	не более	
			4,2	4,9
2.2.	Бег на коньках челночный 6x9 м	с	не более	
			16,0	17,5
2.3.	Бег на коньках спиной вперед 20 м	с	не более	
			6,2	6,8
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	не более	
			12,5	13,5
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	не более	
			14,5	16,5

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки, уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) 1-5 года обучения представлены в таблицах №№ 22-26.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) 1-го года обучения по виду спорта «хоккей»

Таблица № 22

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки

1. Нормативы общей физической подготовки			
1.1.	Бег на 30 м	с	не более
			5,5 5,8
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее
			160 145
1.3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее
			5 -
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа 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 (для вратарей)	с	не более
			42,0 45,0
2.7.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперед в стойке вратаря (для вратарей)	с	не более
			43,0 47,0
3. Уровень спортивной квалификации			
3.1.	Разрядные требования для учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) 1-го года обучения	Требования к уровню спортивной квалификации не предъявляются	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) 2-го года обучения по виду спорта «хоккей»

Таблица № 23

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,2 5,5	
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			165 150	
1.3.	Подтягивание из виса на	количество раз	не менее	

	высокой перекладине		8	-
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	15
1.5.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			5,45	6,15
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег на коньках 30 м	с	не более	
			5,5	6,1
2.2.	Бег на коньках челночный 6x9 м	с	не более	
			16,2	17,2
2.3.	Бег на коньках спиной вперед 30 м	с	не более	
			7,0	7,6
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	не более	
			12,2	12,7
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	не более	
			14,2	14,7
2.6.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря (для вратарей)	с	не более	
			40,0	43,0
2.7.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперед в стойке вратаря (для вратарей)	с	не более	
			41,0	45,0
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Разрядные требования для учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) 2-го года обучения	Требования к уровню спортивной квалификации не предъявляются		

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) 3-го года обучения по виду спорта «хоккей»

Таблица № 24

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,9	5,5
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			170	155
1.3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			11	-
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	18
1.5.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			5,40	6,10
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег на коньках 30 м	с	не более	

			5,2	5,8
2.2.	Бег на коньках челночный 6x9 м	с	не более	
			15,9	16,9
2.3.	Бег на коньках спиной вперед 30 м	с	не более	
			6,8	7,4
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	не более	
			11,9	12,4
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	не более	
			14,0	14,5
2.6.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря (для вратарей)	с	не более	
			39,0	42,0
2.7.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперед в стойке вратаря (для вратарей)	с	не более	
			40,0	44,0
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Разрядные требования для учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) 3-го года обучения		«Третий юношеский спортивный разряд»	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) 4-го года обучения по виду спорта «хоккей»

Таблица № 25

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,7	5,3
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			175	160
1.3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			13	-
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	20
1.5.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			5,35	6,05
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег на коньках 30 м	с	не более	
			5,1	5,7
2.2.	Бег на коньках челночный 6x9 м	с	не более	
			15,6	16,6
2.3.	Бег на коньках спиной вперед 30 м	с	не более	
			6,6	7,2
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	не более	
			11,7	12,2

2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	не более	
			13,8	14,3
2.6.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря (для вратарей)	с	не более	
			38,0	41,0
2.7.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперед в стойке вратаря (для вратарей)	с	не более	
			39,0	43,0
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Разрядные требования для учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) 4-го года обучения	«Второй юношеский спортивный разряд»,		

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода на учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации) 5-го года обучения по виду спорта «хоккей»

Таблица № 26

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,6	5,2
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			180	165
1.3.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			14	-
1.4.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			-	22
1.5.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			5,31	6,01
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Бег на коньках 30 м	с	не более	
			5,0	5,6
2.2.	Бег на коньках челночный 6x9 м	с	не более	
			15,4	16,4
2.3.	Бег на коньках спиной вперед 30 м	с	не более	
			6,4	7,0
2.4.	Бег на коньках слаломный без шайбы	с	не более	
			11,5	12,0
2.5.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы	с	не более	
			13,6	14,1
2.6.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря (для вратарей)	с	не более	
			37,0	40,0
2.7.	Бег на коньках по малой	с	не более	

	восьмерке лицом и спиной вперед в стойке вратаря (для вратарей)		38,0	42,0
3. Уровень спортивной квалификации				
3.1.	Разрядные требования для учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) 5-го года обучения		«Первый юношеский спортивный разряд», «Третий спортивный разряд»	

Требования нормативов общей и специальной физической подготовки, а также требования к уровню спортивной квалификации являются минимальными. Для фиксации результатов сдачи нормативов применяется зачетная форма оценивания «зачет/незачет». Лицо зачисляется либо переводится на соответствующий этап спортивной подготовки только при условии выполнения всех указанных требований – «зачет». «Незачет» для лица, желающего проходить спортивную подготовку, означает невозможность зачисления на соответствующий этап. «Незачет» при переводе обучающегося на очередной этап формирует академическую задолженность.

Методические указания по выполнению контрольных упражнений

Бег на 20, 30 метров

Испытание выполняется с высокого старта. После занятия неподвижной позиции перед стартовой линией, по звуковому сигналу тестируемый начинает ускоренное движение. Дистанция преодолевается только по своей траектории. Результат фиксируется в момент преодоления линии финиша любой частью корпуса. Измерение производится с точностью до 0,1с.

Бег на 1000 метров

Испытание выполняется с высокого старта. После занятия неподвижной позиции перед стартовой линией, по звуковому сигналу тестируемый начинает движение. Результат фиксируется в момент преодоления линии финиша любой частью корпуса. Измерение производится с точностью до 1с.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу

Тестируемый находится в исходном положении в упоре лежа, корпус ровный. Сгибание рук выполняется до касания грудью предмета высотой не более 10 см, не нарушая прямой линии тела. Разгибание производится до полного выпрямления рук в локтевом суставе. Дается одна попытка. Фиксируется количество отжиманий, при условии правильного выполнения упражнения.

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

Исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Техника выполнения прыжка произвольная. Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания до ближайшего следа, оставленного любой частью тела испытуемого. Для выполнения упражнения предоставляется две попытки. В зачет идет лучший результат. Не допускается заступ за линию отталкивания или ее касание.

Подтягивание из виса на высокой перекладине

Упражнение направлено на оценку силовых качеств мышц плечевого пояса и рук. И.п.- вис на перекладине хватом кистями рук сверху, ноги вместе. Выполняется путем сгибания и разгибания рук в локтевом и плечевом суставах, при этом при сгибании подбородок должен быть выше перекладины, а ноги прямые и вместе. Оценивается количество раз.

Бег на коньках 20, 30 метров

Тест призван определить уровень специальных скоростных качеств. Упражнение проводится на льду. Хоккеист стоит у короткого борта, касаясь его ногой. Финишная линия обозначена конусами. По звуковому сигналу спортсмен преодолевает заданное расстояние с максимально возможной скоростью. Оценивается время с точностью до 0,1 с.

Бег на коньках 20, 30 метров спиной вперед

Тест призван определить уровень специальных скоростных качеств. Упражнение проводится на льду. Хоккеист стоит у короткого борта спиной к финишной линии, касаясь его ногой. Финишная линия обозначена конусами. По звуковому сигналу спортсмен преодолевает заданное расстояние с

максимально возможной скоростью, двигаясь спиной вперед. Оценивается время с точностью до 0,1 с.

Бег на коньках челночный 6х9 метров

Тест призван определить уровень развития скоростных и скоростно-силовых качеств хоккеиста. Проводится на льду. Спортсмен стартует с синей линии, и должен преодолеть шесть 9-метровых отрезков (до красной линии и обратно). Торможения выполняются правым и левым боком. Попытка не засчитывается, если хоккеист не доезжает хотя бы до одной линии и тормозит только одним боком. Оценивается время с точностью до 0,1 с.

Бег на коньках слаломный с ведением шайбы

Тест призван оценить уровень владения техникой ведения шайбы и техникой катания. Упражнение проводится на льду. Спортсмен по звуковому сигналу стартует от лицевой линии, объезжает обозначенные конусами преграды поочередно справа и слева, при этом, не теряя владение шайбой. Финиш также располагается на лицевой линии (линии ворот). Оценивается техника выполнения и время с точностью до 0,1 с. (пример на рисунке 1).

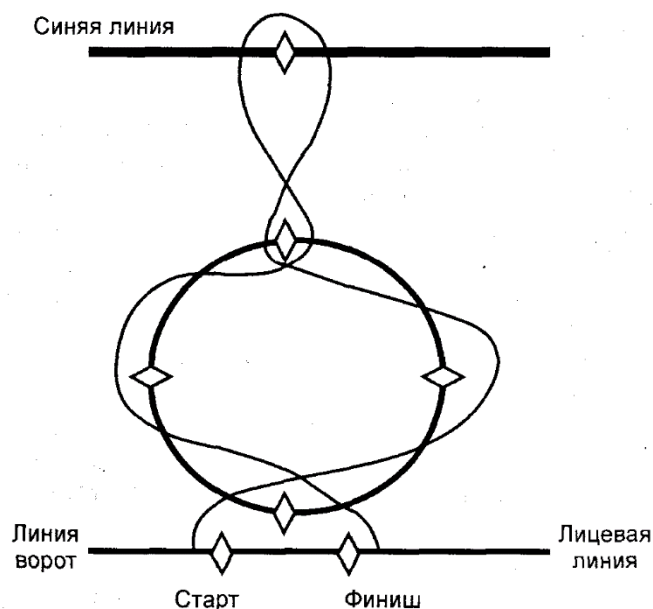


Рис. 1

Бег на коньках слаломный без шайбы

Тест для определения уровня владения техникой катания скрестными шагами, прохождения виражей и поворотов. Упражнение проводится на льду. Спортсмен по звуковому сигналу стартует от лицевой линии, объезжает

обозначенные конусами преграды поочередно справа и слева. Финиш также располагается на лицевой линии (линии ворот). Оценивается техника выполнения и время с точностью до 0,1 с. (пример на рисунке 1).

Бег на коньках «по малой восьмерке» лицом и спиной вперед в стойке вратаря (для вратарей)

Определяет уровень координационных способностей и техники маневренного катания. Испытуемый в стойке вратаря становится к левой штанге ворот. По сигналу вратарь стартует лицом вперед и объезжает слева круг конечного вбрасывания так, чтобы коньки и клюшка находились за ним. Далее, достигнув места между усами круга конечного вбрасывания (дальних от бокового борта), делает переход в положение спиной вперед, объезжая по ходу движения другой круг конечного вбрасывания и двигается до правой штанги ворот. Затем, коснувшись штанги любой частью тела, начинает объезжать круги конечного вбрасывания в обратную сторону в той же последовательности. Завершает тест, финишируя спиной вперед касанием ворот любой частью тела.

Бег на коньках челночный в стойке вратаря (для вратарей)

Испытуемый в стойке вратаря становится к левой штанге ворот. По сигналу вратарь стартует лицом вперед до точки круга конечного вбрасывания слева, выполняет торможение, касаясь ее клюшкой. Далее обратно двигается спиной вперед до ворот, выполняет торможение, касаясь их любой частью тела. Затем лицом вперед достигает следующей отметки, которая размещена на равноудаленном расстоянии на одной прямой параллельной линии ворот между двумя точками конечного вбрасывания. Касается клюшкой отметки, и спиной вперед двигается к воротам. Далее выполняет торможение, касаясь их любой частью тела. Затем лицом вперед катит до точки круга конечного вбрасывания справа, выполняет торможение, касаясь ее клюшкой, и двигается обратно к воротам, и также касаясь их. Далее выполняет тоже в обратном порядке: точка конечного вбрасывания справа – центральная отметка по центру - точка конечного вбрасывания слева. Финиширует, двигаясь к воротам спиной вперед от точки конечного круга вбрасывания слева. Результат фиксируется с точностью до 0,1 с.

IV. Рабочая программа по виду спорта «хоккей»

14. Программный материал для учебно-тренировочных занятий по каждому этапу спортивной подготовки.

Программный материал для обучающихся на этапе начальной подготовки 1-3 годов

Основными задачами при работе с группами начальной подготовки являются:

- повышение разносторонней физической подготовленности для укрепления здоровья и формирования базы общефизической подготовки, определяющей успех освоения начальных технических элементов хоккея;
- обучение основным технико-тактическим приемам игры в хоккей;
- повышение интереса к систематическим занятиям хоккеем;
- воспитание дисциплины, необходимых качеств и черт характера;
- выявление наиболее способных спортсменов для дальнейшего совершенствования навыков в хоккее.

Общая физическая подготовка.

Направлена на гармоническое развитие функциональных систем, мышечных групп, создание базы для успешного развития специальной подготовки:

- разнообразные общеразвивающие упражнения, направленные на всестороннее физическое развитие и укрепление здоровья;
- упражнения с гимнастической палкой наклоны и повороты туловища с различными положениями предметов (вверх, вперед, вниз, за голову, на спину), перешагивание и перепрыгивание;
- упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке;
- прыжки в высоту через препятствия, планку, в длину с места, многократные прыжки с ноги на ногу, на двух ногах;
- перепрыгивание предметов (скамеек, мячей и др.), «чехарда»;
- бег и прыжки по лестнице вверх и вниз;
- легкоатлетические упражнения: бег с высокого и низкого старта, бег с ускорением, бег с высокой скоростью, бег в равномерном темпе до 15-20 мин, кросс, прыжки в длину, челночный бег 3*10м, многоскоки;
- спортивные игры: баскетбол, волейбол, футбол.

Специальная физическая подготовка.

Направлена на качества функциональной системы, отвечающие за успешное ведение соревновательной деятельности:

- бег с максимальной частотой шагов на месте и с перемещением;
- рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом;
- бег за лидером без смены и со сменой направления (зигзагом, лицом и спиной вперед, челночный бег, с поворотом);
- бег на короткие отрезки с прыжками;
- имитация бега на коньках в основной посадке хоккеиста, на месте и в движении;
- бег на коньках на высокой скорости с резким торможением и разворотом;
- махи, вращение клюшкой одной, двумя руками;
- имитация бросков шайбы на тренажере.

Участие в спортивных соревнованиях.

Участие в соревнованиях муниципального и регионального уровня начиная со второго года подготовки.

Техническая подготовка.

Высокий уровень технической подготовки позволяет реализовать физический потенциал в соревновательной деятельности, решать сложные тактические задачи в условиях игровой деятельности:

- скольжение на двух ногах без отрыва коньков ото льда;
- скольжение на двух ногах после толчка одной ногой (правой, левой);
- бег широким скользящим шагом;
- старт и бег коротким ударным шагом;
- передвижение скрестным шагом;
- бег переступание боком;
- перемещение шайбы в положении стоя на месте;
- длинное плавное ведение с переносом клюшки над шайбой;
- обводка стоя по контуру;
- ведение шайбы с изменением направления;
- ведение шайбы по радиусу;
- ведение шайбы на месте;
- ведение шайбы по прямой.

Тактическая подготовка.

- выход на свободное место с целью атаки противника и получения шайбы;
- выбор способа ловли в зависимости от направления и силы полета шайбы;
- выбор способа передачи в зависимости от расстояния;
- организация командных действий по принципу выхода на свободное место;
- позиционное нападение с применением заслонов;
- применение изученных защитных передвижений в зависимости от действия и расположения нападающего.

Теоретическая подготовка.

- развитие хоккея в России и за рубежом;
- гигиена физических упражнений и профилактика травматизма;
- врачебный контроль и самоконтроль;
- морально-волевая и интеллектуальная подготовка;
- правила, организация и проведение соревнований;
- проведение восстановительных мероприятий;
- спортивный инвентарь и оборудование.

Психологическая подготовка.

- упражнения для развития тактического мышления;
- психологическое восстановление после нагрузок;
- психологическая подготовка к достижению высокого результата;
- отвлечение от неприятных мыслей о возможном поражении;
- метод домашних заданий, способность к самоанализу, обработка полученной информации;
- спортивно-этическое воспитание;
- формирование в процессе занятий спортом нравственных понятий, оценок, суждений;
- воспитание чувства ответственности перед коллективом.

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

- прохождение этапных и текущих медицинских осмотров;
- контроль за состоянием здоровья;
- соблюдение режима дня;
- посещение сауны, массаж;
- ведение дневника самоконтроля.

Программный материал для занимающихся на учебно-тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) 1-5 годов

На данном этапе изучаются разнообразные технико-тактические приемы игры, индивидуальные, групповые и командные действия в обороне и нападении, которые способствуют определению будущей специализации хоккеиста и, обусловленную этим, специальную подготовку на последующем этапе. Основная направленность физической подготовки - повышение общей и специальной работоспособности для повышения функциональных возможностей организма обучающихся.

На данном этапе главной задачей является дальнейшее укрепление здоровья, повышение физической и специальной подготовленности, расширение функциональных возможностей организма, которые в комплексе влияют на успешность дальнейшего овладения технико-техническими приемами игры, как в нападении, так и в защите. Для качественного освоения тактических комбинаций и системы игры, рекомендуется проводить занятия на специальных площадках, до выхода на лед, с соблюдением правил игры.

Целесообразно более четко определить игровые амплуа юных хоккеистов с учетом индивидуальных особенностей, наличия необходимых качеств и желания выполнять функции нападающего, защитника или вратаря.

Обучение основным правилам игры и элементарным навыкам судейства.

На данном этапе большое значение приобретает учет и контроль динамики показателей физической, технико-тактической, теоретической и игровой подготовленности обучающихся.

Общая физическая подготовка.

Упражнения по общей физической подготовке, направленные на всестороннее гармоничное развитие органов и систем юного хоккеиста:

- упражнения с преодолением собственного веса: подтягивание из виса, отжимание в упоре, приседания на одной и двух ногах;
- упражнения на тренажерах;
- преодоление веса и сопротивления партнера;
- общеразвивающие упражнения с широкой амплитудой движения;
- упражнения с помощью партнера (пассивные наклоны, отведения ног, рук до предела, мост, шпагат);
- эстафеты, комбинированные с бегом, прыжками;
- спортивные игры: баскетбол, волейбол, футбол.

Специальная физическая подготовка.

Упражнения для развития скоростных, скоростно-силовых, силовых и координационных качеств, используя в том числе, подвижные и спортивные игры по правилам хоккея:

- упражнения со штангой: толчки, выпрыгивания, приседания;
- упражнения с набивными мячами;
- игры с отягощениями;
- бег по снегу, по песку, с отягощениями с предельной интенсивностью;
- ловля мяча после кувырка с попаданием в цель;
- метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель;
- броски мяча в стену (батут) с последующей ловлей;
- перемещения партнеров в парах лицом друг к другу, сохраняя расстояние между ними 2-3 м.

Участие в спортивных соревнованиях.

Участие в соревнованиях муниципального и регионального уровня.

Техническая подготовка.

Совершенствование навыков технической подготовки:

- остановки, повороты на месте (вперед, назад);
- повороты в движении;
- сочетание способов передвижения с изученными техническими приемами в нападении;
- сочетание способов передвижения с техническими приемами игры в защите;
- финт на рывок, финт на бросок, финт на проход;
- передвижения в защитной стойке вперед, назад, в стороны;
- броски в ворота с удобной стороны;
- броски в ворота с неудобной стороны;
- броски в ворота с добиванием;
- выбивание шайбы при ведении;
- перехват шайбы при ведении.

Тактическая подготовка.

- действия одного защитника против двух нападающих в системе быстрого прорыва;
- взаимодействия двух игроков - «передача шайбы – выхода»;

- взаимодействия трех игроков - «треугольник»;
- взаимодействие двух игроков с заслонами (внутренним и наружным);
- организация командных действий по принципу выхода на свободное место;
- позиционное нападение с применением заслонов;
- организация командных действий против применения быстрого прорыва;
- применение изученных защитных передвижений в зависимости от действия и расположения нападающего.

Теоретическая подготовка.

- история развития хоккея в мире и в России.
- достижения хоккеистов России на мировой арене;
- гигиена физических упражнений и профилактика травматизма;
- врачебный контроль и самоконтроль;
- морально-волевая и интеллектуальная подготовка;
- правила, организация и проведение соревнований;
- проведение восстановительных мероприятий;
- антидопинговые мероприятия;
- основные сведения о спортивной квалификации;
- спортивные разряды и звания.

Психологическая подготовка.

- психологическое восстановление после нагрузок;
- психологическая подготовка к достижению высокого результата;
- формирование в процессе занятий спортом нравственных понятий, оценок, суждений;
- инициативность, самостоятельность и творческое отношение к занятиям;
- регуляция уровня эмоционального возбуждения;
- основные приемы создания готовности к конкретному соревнованию.

Инструкторская и судейская практика.

- самостоятельное проведение подготовительной части тренировочного занятия;
- самостоятельное проведение занятий по физической подготовке;
- обучение основным техническим элементам и приемам;
- составление комплексов упражнений для развития физических качеств;

- выполнение необходимых требований для присвоения судейской категории;
- судейство соревнований;
- организация и проведение спортивно-массовых мероприятий под руководством тренера.

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

- прохождение этапных и текущих медицинских осмотров;
- контроль за состоянием здоровья;
- посещение сауны, бассейна, массаж;
- правильное сочетание нагрузки и отдыха в учебно-тренировочном процессе;
- самоконтроль.

15. Учебно-тематический план.

Учебно-тематический план для этапа начальной подготовки 1-3 годов обучения

Таблица № 27

Раздел подготовки	Объем подготовки в год, (час)		Сроки проведения	Краткое содержание
	ЭНП до года	ЭНП свыше года		
1. Общая физическая подготовка	72	70	январь-декабрь	Использование комплекса упражнений для укрепления здоровья и развития физических качеств (сила, выносливость, гибкость, ловкость). Создание базовой основы для узкой специализации в процессе дальнейшего обучения.
1.1. Строевые упражнения				Построение в шеренгу и колонну; расчет; перестроения, различные виды ходьбы и бега.
1.2. Общеразвивающие упражнения				Упражнения без предметов и с предметами для рук, шеи, туловища, ног из различных исходных положений; упражнения для укрепления

				мышц и суставов.
1.3.Упражнения на растягивание мышц и подвижность суставов				Маятникообразные, вращательные движения рук и ног с постепенно увеличивающейся амплитудой движения в плечевых, голеностопных, коленных и тазобедренных суставах; круговые движения плечевым поясом, движения вперед, назад, вверх и вниз.
1.4.Прыжки, многоскоки, беговые упражнения				Прыжки в длину и высоту с места, с разбега; прыжки через простые препятствия, прыжки через скакалку, челночный бег 3*10 метров, бег на 30 метров, кроссы по пересеченной местности
1.5.Спортивные подвижные игры				Игры на свежем воздухе с использованием мячей, в виде эстафеты или другими элементами, носящими соревновательный характер.
2. Специальная физическая подготовка	16	22	январь-декабрь	Использование комплекса упражнений направленного на укрепление органов и систем (дыхательной, сердечно-сосудистой, мышечной), повышение их функциональных возможностей. Включение в процесс обучения узконаправленных специально-подготовительных упражнений.
2.1.Упражнения для развития силы, выносливости, гибкости, координации				Сгибание-разгибание рук в упоре лежа, подъем туловища из положения лежа на спине, приседания, прыжки с разворотом на 180/270/360 градусов.
2.2.Имитационные упражнения				Упражнения, имитирующие ведение шайбы клюшкой, бросковые упражнения, имитация бега на коньках в основной посадке хоккеиста, на месте и в движении.

2.3. Развитие быстроты реакции				Рывки по зрительно воспринимаемым сигналам: вдогонку за партнером, в соревновании с партнером за овладение мячом.
2.4. Спортивные подвижные игры				Эстафеты, волейбол, футбол.
3. Техническая подготовка	104	116	январь-декабрь	Изучение и совершенствование выполнения технических приемов, овладение системой движений, направленных на достижение спортивных результатов.
3.1. Упражнения для отработки специфических навыков скольжения, передвижения по ледовой площадке с разной скоростью и в разных направлениях				Бег скользящими шагами, повороты по дуге переступанием двух ног, повороты влево вправо скрестными шагами, старт с места лицом вперед, бег короткими шагами, бег с изменением направления скрестными шагами (перебежка, торможение с поворотом туловища на 90° на одной и двух ногах, бег спиной вперед переступанием ногами
3.2. Упражнения для отработки техники владения клюшкой с шайбой				Ведение шайбы на месте, короткое ведение шайбы с переключиванием крюка клюшки вперед, обводка соперника на месте и в движении, ведение шайбы дозированными толчками вперед, финт головой и туловищем, финт клюшкой
3.3. Упражнения для технической подготовки вратаря				Основная стойка вратаря, низкая и высокая стойка вратаря и перехода от одного вида стойки к другому, передвижение на параллельных коньках (вправо, влево), передвижение вперед выпадами, Т-образное скольжение (вправо, влево), ловля шайбы ловушкой стоя на месте, прижатие шайбы туловищем и ловушкой

3.4.Работа со специальным инвентарем				Использование в технической подготовке сухого льда, тренажеров для отражения бросков, мячей для гольфа.
3.5.Определение узкой специализации				Определение игрового амплуа (защитник, нападающий, вратарь)
4. Тактическая подготовка	14	20	январь-декабрь	Сложный механизм поведения спортсмена и применения им специальных средств, направленных на получение преимущества в состязании.
4.1.Развитие тактического мышления				Приобретение навыков правильного выбора средств и методов достижения положительного результата
4.2.Разработка индивидуального плана поведения обучающегося в соревновательный период.				Упражнения, направленные на готовность действовать по заранее разработанному плану, умение определять сильные стороны, умение решать задачи, возникающие непосредственно при взаимодействии с соперником.
5. Психологическая подготовка	14	20	январь-декабрь	Процесс практического применения четко определенных средств и методов, направленных на создание психологической готовности спортсмена для успешной учебно-тренировочной деятельности и участия в соревнованиях.
5.1. Первичные навыки адаптации к групповым занятиям				Приобретение в процессе подготовки психологической уверенности.
5.2.Упражнения для развития уверенности и концентрации				Получение навыков психологической уверенности перед ответственными соревнованиями, важными матчевыми встречами, стремление играть в основном составе.

Учебно-тематический план для учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации) 1-5 годов обучения

Таблица № 28

Раздел подготовки	Объем подготовки в год, (час)		Сроки подготовки	Краткое содержание
	УТЭ до трех лет	УТЭ свыше трех лет		
1. Общая физическая подготовка	64	82	январь-декабрь	Расширение функциональных возможностей обучающихся, подготовка к нагрузкам, повышение аэробных возможностей организма посредством выполнения подводящих упражнений. Укрепление опорно-мышечного аппарата посредством выполнения скоростно-силовых упражнений.
1.1. Общеразвивающие упражнения				Упражнения без предметов и с предметами для рук, шеи, туловища, ног из различных исходных положений; упражнения для укрепления мышц и суставов.
1.2. Упражнения на растягивание мышц и подвижность суставов				Развитие подвижности в суставах, вращательные движения рук и ног с постепенно увеличивающейся амплитудой движения в плечевых, голеностопных, коленных и тазобедренных суставах; круговые движения плечевым поясом, движения вперед, назад, вверх и вниз.
1.3. Прыжки, беговые упражнения				Прыжки в длину и высоту с места, с разбега, прыжки через скакалку, челночный бег 3*10 метров, бег на 1000 метров, бег с ускорением, эстафеты.
1.4. Спортивные				Игры на свежем воздухе с

подвижные игры				использованием мячей, скакалок в виде эстафеты или другими элементами, носящими соревновательный характер.
2. Специальная физическая подготовка	68	82	январь-декабрь	Совершенствование комплекса упражнений направленного на укрепление органов и систем (дыхательной, сердечно-сосудистой, мышечной), повышение их функциональных возможностей. Развитие специальных физических качеств: силы, быстроты, гибкости и ловкости. Включение в процесс обучения узконаправленных специально-подготовительных упражнений.
2.1. Упражнения для развития силы, выносливости, гибкости.				Сгибание-разгибание рук в упоре лежа, подъем туловища из положения лежа на спине, приседания, подтягивания на перекладине.
2.2. Имитационные упражнения				Совершенствование техники ведения шайбы клюшкой, бросковой техники.
2.3. Упражнения с отягощениями, искусственным сопротивлением				Работа с медицинболами весом от 2-х до 5-ти килограмм. Работа на тренажерах, с резиновыми амортизаторами, гантелями, утяжелителями.
2.4. Развитие быстроты реакции				Метание теннисного и баскетбольного мяча во внезапно появившуюся цель, броски мяча в стену (батут) с последующей ловлей
2.5. Спортивные подвижные игры				Игра в футбол, баскетбол, волейбол, эстафеты.
3. Техническая подготовка	94	98	январь-декабрь	Совершенствование выполнения технических приемов, овладение системой движений, направленных на достижение спортивных

			результатов.
3.1.Совершенствование техники скольжения, передвижения на коньках			Бег спиной вперед скрестными шагами, повороты в движении на 180° и 360°, выпады, глубокие приседание на одной и двух ногах, старты из различных положений с последующими рывками в заданные направления, падение на грудь, бок с последующим быстрым вставанием и бегом в заданном направлении, комплекс приемов техники по передвижению хоккеистов на коньках, направленный на совершенствование скоростного маневрирования
3.2.Совершенствование техника владения клюшкой и шайбой			Обводка с применением обманных действий – финтов, финт с изменением скорости движения, бросок шайбы с длинным разгоном (заметающий), бросок шайбы с коротким разгоном (кистевой), удар шайбы с коротким замахом (щелчок), остановка шайбы крюком клюшки и рукояткой, коньком, рукой, туловищем, отбор шайб, с помощью силовых приемов туловищем. остановка и толчок соперника плечом, отбор шайбы способом остановки, прижимания соперника к борту и овладения шайбой
3.3.Упражнения для совершенствования техники игры вратаря			Торможение на параллельных коньках, передвижение короткими шагами, повороты в движении на 180° и 360° в основной стойке вратаря, бег спиной вперед, лицом вперед не отрывая коньков ото льда и с переступанием, ловля шайбы ловушкой с падением (вправо, влево) на одно и два колена, ловля шайбы на грудь стоя, с

				падением на колени, целенаправленное отбивание шайбы клюшкой в определённую точку хоккейной площадки, отбивание шайбы щитками с падением набок (вправо, влево)
3.4.Работа со специальным инвентарем				Использование в технической подготовке сухого льда, тренажеров для отражения бросков, мячей для гольфа.
4. Тактическая подготовка	35	50	январь-декабрь	Сложный механизм поведения спортсмена и применения им специальных средств, направленных на получение преимущества в состязании. Совершенствование способности распределения сил посредством выполнения специальных соревновательных упражнений, моделирования игровой ситуации
4.1.Развитие тактического мышления				Совершенствование навыков правильного выбора средств и методов достижения положительного результата, концентрация на итоговом результате.
4.2.Разработка индивидуального плана поведения обучающегося в соревновательный период.				Упражнения, направленные на готовность действовать по заранее разработанному плану, умение определять сильные стороны, умение решать задачи, возникающие непосредственно при взаимодействии с соперником. Разработка тактической схемы выполнения задания тренера-преподавателя в соответствии со спецификой и уровнем физической, технической и психической подготовленности.
5. Психологическая подготовка	35	50	январь-декабрь	Процесс практического применения четко

			определенных средств и методов, направленных на создание психологической готовности спортсмена для успешной учебно-тренировочной деятельности и участия в соревнованиях.
5.1. Навыки адаптации к публичным мероприятиям, соревнованиям			Приобретение в процессе подготовки психологической уверенности, стойкости характера при массовом скоплении зрителей, участников, болельщиков.
5.2. Упражнения для развития уверенности и концентрации			Совершенствование навыков готовности к соревнованиям, мобилизация внутренних резервов в сложный подготовительный и соревновательный период. Умение мысленно концентрироваться на результате.

Учебно-тематический план по теоретической подготовке для групп этапа начальной подготовки и учебно-тренировочного этапа (этапа спортивной специализации)

Таблица № 29

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/свыше одного года обучения:	≈ 840/1200		
	Развитие хоккея в России и за рубежом	≈ 140/200	сентябрь	Спорт как средство воспитания морально-волевых качеств, жизненно важных умений и навыков. Спортивное, оздоровительное и прикладное значение хоккея как вида

				спорта. Российские спортсмены – победители и призеры Олимпийских Игр, международных соревнований.
	Правила поведения на ледовой арене	≈ 140/200	октябрь	Основные меры безопасности и правила поведения на ледовой арене. Предупреждение несчастных случаев и заболеваний во время учебно-тренировочных занятий.
	Гигиенические основы физической культуры и спорта, гигиена обучающихся при занятиях физической культурой и спортом	≈ 140/200	ноябрь-декабрь	Понятие о гигиене и санитарии. Личная гигиена спортсмена, закаливание. Режим дня, совмещение занятий спортом с учебой в общеобразовательной школе.
	Влияние физических упражнений на организм человека	≈ 140/200	февраль-март	Строение и функции организма человека. Влияние физических упражнений на организм занимающихся. Специфические особенности адаптации сердечно-сосудистой и дыхательной систем организма человека под воздействием систематических занятий спортом. Изменение состояния организма человека под воздействием физических нагрузок.
	Правила, организация и проведения соревнований	≈ 140/200	апрель	Требования правил проведения соревнований.
	Техника и терминология в хоккее	≈ 140/200	май	Основные термины, используемые для описания средств и методов учебно-тренировочных занятий.
Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	Всего на учебно-тренировочном этапе до трех лет обучения/	≈ 2100/3000		

ции)	свыше трех лет обучения:			
	Гигиена физических упражнений и профилактика заболеваний	≈ 270/375	сентябрь	Санитарно-гигиенические требования при занятиях на ледовой арене. Необходимость соблюдения режима дня, питания и отдыха при регулярных учебно-тренировочных занятиях. Гигиенические требования к спортивной одежде и обуви. Личная гигиена спортсмена. Уход за телом. Меры для профилактики простудных заболеваний. Понятие о здоровом образе жизни, значение борьбы с курением и другими вредными привычками. Гигиеническое значение естественных сил природы (солнца, воздуха, воды), водных процедур. Методика закаливания и его значение для повышения работоспособности и сопротивляемости организма к простудным заболеваниям.
	Влияние физических упражнений на организм человека	≈ 260/375	октябрь	Общие понятия о костной, мышечной, сердечно-сосудистой, дыхательной системах человека. Особенности возрастного развития детей и подростков. Изменение состояния организма человека под воздействием физических нагрузок. Понятие об утомлении и восстановлении. Методика применения простейших средств восстановления (водные процедуры, контрастный душ, ванна, суховоздушная баня).
Врачебный контроль и самоконтроль. Первая помощь при	≈ 260/375	ноябрь-декабрь	Необходимость врачебного контроля и самоконтроля при занятиях спортом. Порядок осуществления врачебного контроля и медицинских	

	несчастных случаях			<p>обследований в спортивной школе. Противопоказания к занятиям хоккеем.</p> <p>Дневник спортсмена. Запись учебно-тренировочных нагрузок, результатов контрольных испытаний и соревнований, основных показателей самоконтроля (вес, пульс, самочувствие, сон, аппетит, настроение и т.п.).</p> <p>Причины возникновения травм и их предупреждение. Первая помощь при ушибах, растяжениях, порезах, солнечном и тепловом ударе, обморожении. Оказание первой помощи. Меры обеспечения безопасности при занятиях хоккеем.</p>
	Основные сведения о спортивной квалификации, присвоение спортивных разрядов	≈ 260/375	февраль-март	<p>Понятие о Единой всероссийской спортивной классификации (ЕВСК), ознакомление с положением о ЕВСК, порядке присвоения, подтверждения, лишения и восстановления спортивных разрядов и званий.</p>
	Основы методики тренировки	≈ 260/375	апрель	<p>Основные принципы, средства и методы спортивной тренировки; особенности развития выносливости, мышечной силы, скоростных возможностей гибкости и ловкости у детей и подростков. Педагогический контроль и развитие физических качеств. Перспективное планирование тренировки. Понятие о многолетней тренировке, ее целях и задачах. Принципы составления специальных комплексов упражнений для самостоятельных занятий (утренняя гимнастика, задания для устранения недостатков в развитии отдельных физических качеств).</p>

	Правила, организация и проведение соревнований по хоккею	≈ 270/375	май	Календарь соревнований. Обязанности и права участников, функции представителя. Правила проведения соревнований, определение результатов. Состав судейской коллегии и обязанности судей. Подготовка мест соревнований и оборудования.
	Морально-волевая и интеллектуальная подготовка	≈ 260/375	Июль	Спортивная честь и культура поведения спортсмена. Психологическая подготовка спортсмена. Воспитание целеустремленности, воли, дисциплины, трудолюбия, настойчивости, выдержки и самообладания, бойцовских качеств. Психологические приемы и методы, позволяющие добиться состояния оптимальной готовности спортсмена к соревнованию. Необходимость сознательного отношения к выполнению учебно-тренировочных заданий, преодоления негативных ощущений на учебно-тренировочных занятиях.
	Спортивный инвентарь и оборудование	≈ 260/375	август	Общая характеристика инвентаря и оборудования, необходимого для проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований. Тренажеры, устройства и вспомогательные средства для совершенствования спортивной техники, развития силовых качеств и гибкости. Подготовка мест для учебно-тренировочных занятий. Уход за инвентарем и оборудованием.

V. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам

16. Особенности осуществления спортивной подготовки по отдельным спортивным дисциплинам вида спорта «хоккей» основаны на особенностях вида спорта «хоккей» и его спортивных дисциплин. Реализация дополнительных образовательных программ спортивной подготовки проводится с учетом спортивной специализации обучающихся (вратарь, защитник, нападающий) на этапах спортивной подготовки.

В Учреждении при реализации дополнительной образовательной программы по виду спорта «хоккей» обучение проводится в спортивной дисциплине «хоккей».

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

Хоккей относится к зимним олимпийским видам спорта, что вносит особенности при формировании годового учебно-тренировочного плана. В летний период основной акцент делается на общую физическую и специальную физическую подготовку на суше. Ледовая подготовка начинается в июле-августе и продолжается в течение сезона до мая.

Хоккей является командным игровым видом спорта. В структуре подготовки учитываются особенности спортивных специализаций обучающихся. На начальных этапах подготовки учебно-тренировочный план выстраивается из расчета получения базовых навыков дисциплины «хоккей» для всех обучающихся, далее – получение навыков узкой специализации игрового амплуа (вратарь, защитник, нападающий). В связи со значительным отличием структуры подготовки вратаря от структуры подготовки полевого игрока, тренировочный процесс вратаря имеет существенные отличия. Различия не только в технической и тактической подготовке, но также в содержании и режимах физической активности.

Обучение в Учреждении проходит с использованием ледовой площадки, тренажерного зала. 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

17. Материально-технические условия реализации Программы.

В соответствии с требованиями к материально-техническим условиям реализации этапов спортивной подготовки предусмотрены:

- хоккейная площадка;
- игровой зал;
- тренажерный зал;
- раздевалки, душевые;
- медицинский пункт, оборудованный 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).

Минимальные требования для обеспечения оборудованием и спортивным инвентарем, необходимым для прохождения спортивной подготовки представлены в таблицах № 30, 31.

Обеспечение оборудованием и спортивным инвентарем, необходимыми для прохождения спортивной подготовки

Таблица № 30

№ п/п	Наименование оборудования 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 № 31

Спортивный инвентарь, передаваемый в индивидуальное пользование							
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки			
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (лет)
1.	Клюшка для вратаря	штук	на обучающегося	–	–	2	1
2.	Клюшка для игрока (защитника, нападающего)	штук	на обучающегося	–	–	2	1

Минимальные требования для обеспечения спортивной экипировкой, необходимой для прохождения спортивной подготовки представлены в таблицах № 32, 33.

Обеспечение спортивной экипировкой

Таблица № 32

№ 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 № 33

Спортивная экипировка, передаваемая в индивидуальное пользование							
№ п/п	Наименование	Единица измерения	Расчетная единица	Этапы спортивной подготовки			
				Этап начальной подготовки		Учебно-тренировочный этап (этап спортивной специализации)	
				количество	срок эксплуатации (лет)	количество	срок эксплуатации (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,	пар	на обучающегося	-	-	1	1

	нападающего)						
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

В период проведения спортивных мероприятий предусмотрено обеспечение обучающихся проездом к месту проведения спортивных мероприятий и обратно, питанием и проживанием.

Условия реализации Программы включают в себя медицинское обеспечение обучающихся, в том числе организацию систематического медицинского контроля.

18. Кадровые условия реализации Программы.

Укомплектованность Организации педагогическими, руководящими и иными работниками.

Для реализации дополнительной программы спортивной подготовки по виду спорта «хоккей» Учреждение укомплектовано следующими специалистами:

- **Руководящий состав:** директор, заместитель директора по учебно-воспитательной работе, заместитель директора по спортивно-массовой работе, заместитель директора по административно-хозяйственной работе.
- **Педагогический состав:** два тренера-преподавателя.
- **Медицинский персонал:** одна медицинская сестра.

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.

Уровень квалификации тренеров-преподавателей и иных работников.

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 «Специалист по инструкторской и методической работе в области физической культуры и спорта», утвержденным приказом Минтруда России от 21.04.2022 № 237н (зарегистрирован Минюстом России 22.05.2022, 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).

Тренеры-преподаватели имеют право на непрерывное повышение своего профессионализма, присвоение, подтверждение квалификационных категорий не реже 1 раза в 3 года, участие в семинарах, иных способах получения навыков.

19. Информационно-методические условия реализации Программы.

Информационно-методические условия реализации Программы обеспечиваются доступностью и открытостью комплексов дополнительных образовательных ресурсов, включающих в себя обучающую литературу, обучение с помощью цифровых образовательных платформ, аудио и видео пособия по выполнению контрольно-измерительных упражнений, мастер-

классы ведущих специалистов в сфере спорта, спортсменов, педагогов, наставников.

Информационно-образовательные ресурсы:

• **Учебные:**

1. Хоккей: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. - 101 с.
2. Алексеев Евгений Хоккей для начинающих. Уроки профессионала. Евгений Алексеев. - М.: Питер, 2015. - 300 с.
3. Михно, Л.В. Теория и методика подготовки юных хоккеистов : учебник для тренеров / Л.В. Михно, Ю.Ф. Курамшин, В.В. Филатов, Р.Г. Ишматов, В.С. Волков / под ред. Л.В. Михно. - СПб. 2017. - 616 с. : ил.
4. Хоккей. Книга-тренер. - М.: Эксмо, 2017. - 390 с.
5. Хоккей для начинающих. - М.: Астрель, АСТ, 2018. - 144 с.

• **Дидактические (видеозаписи):**

1. Комплексы специальных физических упражнений на суше в предсезонный период.
2. Открытые тренировки спортивных сборных команд России по хоккею.
3. Игры сборной Советского Союза и России на Олимпийских Играх и Чемпионатах Мира по хоккею.

• **Контрольные и контрольно-измерительные:**

- контрольные нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в Учреждение;
- контрольно-переводные нормативы по общей физической и специальной физической подготовке, уровень спортивной квалификации спортсмена (спортивные разряды) для зачисления и перевода на соответствующие этапы спортивной подготовки;
- тесты по видам подготовки, не связанные с физическими нагрузками, для определения уровня теоретических знаний в хоккее.

- **Учебно-методические ресурсы:**

1. Даймонд Дэн. Энциклопедия хоккея. Редкие факты. Суперзвезды. Уникальное фото / Дэн Даймонд , Эрик Цвайг. - М.: Кладезь, АСТ, 2019. - 192 с.
2. Ишматов, Р.Г. Построение учебно-тренировочного процесса для хоккеистов различной квалификации. Учебное пособие / Р.Г. Ишматов, В.В. Шилов; НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб.: [б.и.], 2011. - 220 с.
3. Курамшин, Ю.Ф. Теория и методика избранного вида спорта (хоккей): Отбор в хоккее: учебное пособие / Ю.Ф. Курамшин, Л.В. Михно; НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург. - СПб.: [б.и.], 2013. - 175 с.

4. Чемберс, Дэйв Тренировочные занятия в хоккее. 446 упражнений для развития мастерства / Дэйв Чемберс. - М.: Олимпийская литература, 2016. - 360 с.

Перечень Интернет-ресурсов:

1. <http://course.rusada.ru> – портал онлайн-образования РУСАДА.
2. <http://rusada.ru> – тестирование спортсменов и тренеров-преподавателей по антидопинговому обеспечению.
3. <http://minsport.gov.ru/sport/high-sport/pravila-vidov-sporta/35576> - актуальные правила хоккея.
4. <https://minsport.gov.ru/sport/high-sport/edinaya-vserossiyska> - актуальная информация для выполнения норм и требований по присвоению спортивных разрядов.
5. <https://minsport.gov.ru/sport/high-sport/sportivnye-sudi> - актуальная информация для выполнения квалификационных требований по присвоению судейских категорий.
6. [Суперсерия-72 \(fhr.ru\)](http://fhr.ru) – информация о легендарной Суперсерии Канада – СССР 1972 года.
7. [Истории легенд хоккея \(fhr.ru\)](http://fhr.ru) – истории легенд хоккея.