

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ДЕТСКО- ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ
ШКОЛА»**

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического совета
МУ ДО «ДЮСШ»

от «30» августа 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор МУ ДО «ДЮСШ»

О. Г. Лабутина
«30» августа 2024 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
физкультурно-спортивной направленности
«Хоккей»**

Срок реализации: 2 года

Возраст учащихся: 7 – 16 лет

Автор-составитель:
Терещенков С.А.
тренер преподаватель-совместитель

р. п. Радищево
2024

Введение

1. Пояснительная записка

- 1.1. Направленность (профиль) программы**
- 1.2. Дополнительность программы**
- 1.3. Актуальность**
- 1.4. Новизна**
- 1.5. Педагогическая целесообразность**
- 1.6. Адресат программы**
- 1.7. Объём и срок реализации программы**
- 1.8. Особенности организации образовательного процесса**
- 1.9. Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий**
- 1.10. Уровень реализуемой программы**

2. Цель и задачи программы

3. Содержание программы

- 3.1. Учебный план 1-2 года обучения**
- 3.2. Учебно—тематический план 1-2 года обучения**
- 3.3. Содержание учебного плана 1-2 года обучения**

4. Планируемые результаты 1-2 года обучения

5. Календарный учебный график

- 5.1. Условия реализации программы**
- 5.2. Формы контроля**

6. Список литературы для педагога

7. Список литературы для детей и родителей

8. Перечень интернет-ресурсов:

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по хоккею с шайбой составлена в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" и Типовым Положением об образовательном учреждении дополнительного образования детей (Постановление Правительства РФ от 01.02.2005г. №49), нормативными документами Министерства Просвещения РФ и Министерства спорта и туризма, регламентирующими работу спортивных школ. Программа служит документом для эффективного построения работы с детьми, на этапе многолетней подготовки и для содействия успешному решению задач физического воспитания детей школьного возраста, а также приобщение детей к тренировкам в секции хоккея с шайбой, пропаганда здорового образа жизни и развитие физической подготовки детей, развитие и популяризация хоккея среди детей и подростков.

В основу программы заложены основополагающие принципы спортивной подготовки юных спортсменов, результаты научных исследований и передовой спортивной практики.

В программе учебный план теоретических и практических занятий по физической подготовке дан для всех учебных групп. В связи с этим тренер имеет возможность в зависимости от подготовленности учащихся самостоятельно с учётом возраста хоккеиста и целевой направленности занятий подбирать необходимый материал.

Программа предусматривает, начиная с учебно-тренировочных групп, общие схемы построения тренировочных и межигровых микроциклов по направленности и динамике нагрузки в различных периодах годового цикла.

1.1. Направленность (профиль) программы: Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа является модифицированной, по направленности - физкультурно-спортивной. Одной из массовых форм занятий физкультурно-оздоровительной направленности является хоккей с шайбой.

1.2. Дополнительность программы предполагает развитие и совершенствование у занимающихся основных физических качеств, формирование различных двигательных навыков, укрепление здоровья, расширение кругозора, формирование межличностных отношений в процессе освоения этой программы, тем самым программа дополняет общее образование по физическому воспитанию.

1.3. Актуальность

программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры. Не секрет, что физическая подготовленность обучающихся с каждым годом снижается, падает интерес к традиционным игровым видам спорта. Слабая физическая подготовка не позволяет в полной мере проходить задачи

подросткового этапа развития, полноценно встраиваться в коллектив, адаптироваться к социуму. Кроме того, недостаточный уровень физической подготовки не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших задач стоящих перед педагогом дополнительного образования, является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в секции по хоккею для повышения уровня физической подготовленности. В процессе тренировочных занятиях у ребенка формируется определенный уровень рефлексии и конформизма. Все это способствует дисциплине, без которой педагогический процесс не представляется возможным.

Актуальность программы определяется повышенным запросом со стороны детей и их родителей на программы хоккея с шайбой, в связи с возросшей популярностью этого вида спорта.

1.4. Новизна программы помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям ребёнка, создать условия для максимального раскрытия творческого потенциала, создания комфортных условий для развития и формирования талантливого ребёнка. В данной программе представлен вариант комплексной игровой деятельности, позволяющий реализовать требования во внеурочной деятельности.

В основу программы положены нормативные требования по физической и спортивно-технической подготовке, научные и методические разработки по хоккею с шайбой отечественных и зарубежных тренеров и специалистов, применяемые в последние годы для подготовки квалифицированных спортсменов.

Отличительные особенности программы

Хоккей является эффективным средством физического воспитания. Занятия хоккеем способствуют разностороннему комплексному воздействию на органы и системы организма хоккеиста, укрепляя и повышая уровень их функционирования, обеспечивают эффективное развитие физических качеств (силовых, скоростных, выносливости, ловкости и гибкости) и формирование двигательных умений и навыков. Выполнение большого объема сложно-координационных технико-тактических действий, жесткость силовых единоборств и высокая эмоциональность соревновательной деятельности вызывают большие физические и психические нагрузки. Постоянное и внезапное изменение игровых ситуаций требует от игроков предельной собранности, обостренного внимания, умения быстро оценить обстановку и принять рациональное решение. Эта составляющая игровой деятельности хоккеиста способствует воспитанию у него координационных качеств, распределенного внимания, периферического зрения, пространственной и временной ориентировки. Отличительной чертой данного вида спорта является уникальный набор действий, выполняемых хоккеистами во время тренировочного и соревновательного процесса не используемых в данной совокупности в других видах спорта. Эта игра требует от игроков высокой степени физической подготовленности, силы, выносливости, быстроты зрительно – двигательной реакции. Игра в хоккей связана с длительной физической нагрузкой

на весь организм спортсмена, сердечно – сосудистую и нервную систему, опорно–двигательный аппарат. Добиться такого рода адаптации организма и высокого спортивного мастерства, возможно только в результате многолетних тренировок.

Техника игры в хоккей позволяет вести уверенную борьбу и обеспечить высокую скорость, объяснить преимущества и особенности данного метода для наглядности, показав основные движения, повышать эффективность тренировок, контролировать действия хоккеистов и исправлять их ошибки.

1.5. Педагогическая целесообразность программы заключается в создании единого направления в образовательном и тренировочном процессе на основе интереса детей к занятиям по хоккею с шайбой. Разнообразные формы, методы и средства обучения и воспитания, предлагаемые программой, позволяют не только благотворно влиять на физическое развитие детей, способствовать приобретению необходимых знаний, умений и навыков, но и укреплять их физическое и психическое здоровье, формировать нравственные и волевые качества.

Методики, приемы и технологии, используемые в процессе реализации программы, подобраны из числа адаптивных, позволяющих обучающимся быстрее овладеть техникой хоккея. Образовательную деятельность предполагается осуществлять преимущественно через игровые формы, на основе принципов комплектности, преемственности, вариативности и ненасильственном способе физического воспитания. Роль педагога заключается в создании ситуации и организации предметно-пространственной среды. Педагогическая технология опирается на принцип активности воспитанников, характеризуемый высоким уровнем мотивации, наличием творческой и эмоциональной составляющей.

1.6. Адресат программы:

В объединении занимаются все желающие дети в возрасте 7-16 лет при наличии медицинской справки и заявления от родителей. Наполняемость групп 10-15 человек.

1.7. Объем и срок реализации программы:

Данная программа предусматривает 4 модуля обучения, развития и воспитания обучающихся.

1-2-ой год – 216 часов

3модуль – 96 часов (16 недель)

4модуль – 120 часов (20 недель)

1.8. Особенности организации образовательного процесса

Успех в организации и проведении учебно-тренировочного процесса это подбор средств и методов обучения и тренировки, определение уровня предлагаемых физических нагрузок с учетом возрастных особенностей и возможностей занимающихся на каждом этапе обучения; все это является необходимым условием эффективности в подготовке юных хоккеистов. Хоккей способствует воспитанию

физически крепких и мужественных людей. Массовость хоккея является основой роста спортивного мастерства.

На всех этапах подготовки перевод спортсменов в группу следующего года на основании выполнения нормативных показателей общей, специальной физической подготовки и игровой практики.

Для более эффективной подготовки юных хоккеистов, необходимо существенным образом перестроить весь учебно-тренировочный процесс по следующим направлениям:

- усиление работы по овладению индивидуальной техникой и совершенствованию навыков выполнения технических приёмов и их способов;
- повышение роли и объёма тактической подготовки как важнейшего условия реализации индивидуального технического потенциала отдельных хоккеистов и команды в целом в рамках избранных систем игры и групповой тактики в нападении и защите;
- осуществление на высоком уровне интегральной подготовки посредством органической взаимосвязи технической, тактической и физической подготовки, умелого построения учебных и контрольных игр с целью решения основных задач по видам подготовки;
- повышение эффективности системы оценки уровня спортивной подготовленности обучающихся спортивных школ и качества работы, как отдельных тренеров, так и спортивной школы в целом; основу этой оценки составляют, прежде всего, количественные показатели по видам подготовки, результаты участия в соревнованиях, включение в команды областного уровня.

Хоккей относится к командно-игровым зимним видам спорта. Игра проводится на ледяной площадке размером 61 на 30 метров, прямоугольной формы, с закругленными углами радиусом 8,5 метров. Вся площадка огорожена деревянными или пластиковыми бортами высотой 122 сантиметра. Поле поделено на зоны. Широкие синие линии, проведенные подо льдом поперек площадки на расстоянии 23 метров от ее краев, выделяют зону защиты и зону нападения. Зона защиты - та, где ворота своей команды, зона нападения - с воротами противника. Между синими линиями - средняя зона. Все поле еще поделено пополам центральной линией красного цвета. Ворота небольшие: высота - 122 сантиметра, ширина - 183 сантиметра. 4 Игра продолжается 60 минут «чистого времени» (3 периода по 20 минут с перерывами по 15 минут между периодами). Высокий темп современной игры и частая смена игровых ситуаций создают большую нагрузку, поэтому в ходе игры игроки, как правило, заменяются через 40 - 45 секунд. Но замена в ходе игры производится строго по местам, т.е. центральный нападающий вместо центрального, правый защитник вместо правого. Непосредственно в игре участвуют кроме вратаря не более 5 игроков: правый и левый защитник, правый крайний, центральный и левый крайний нападающий. Это одна смена, то есть игроки, которые в данный момент ведут борьбу. Обычно команда имеет в своем

составе четыре пары защитников и четыре тройки нападающих, или, другими словами, четыре смены, пятёрки. Международная федерация хоккея разрешает участвовать в одном матче до 22 игроков в каждой команде.

1.9. Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий:

1-2 год обучения – 6 часов в неделю -216 часов в год.

Занятия проводятся в группах 10-15 человек

1.10. Уровень реализуемой программы - базовый

2. Цель и задачи программы

Цель программы – воспитание разносторонне развитой личности, формирование основ здорового и безопасного образа жизни, развитие физических и творческих способностей посредством систематических занятий хоккеем с шайбой.

Задачи программы:

предметные:

- изучение теоретических и практических основ;
- обучение двигательным умениям и навыкам;
- обучение основным техническим элементам и тактическим приёмам;
- обучение правилам поведения на занятиях, на соревнованиях;

метапредметные:

- развитие потребности в занятиях физической культурой и спортом;
- развитие природного потенциала;
- соразмерное развитие общих и специальных физических качеств;
- развитие познавательных интересов, творческой активности и инициативы; - развитие тактического мышления.

личностные:

- воспитание интереса к хоккею с шайбой;
- формирование познавательной активности;
- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- воспитание личностно-значимых качеств: организованности, уважения, дисциплинированности;
- воспитание творческой инициативы;
- формирование социальной активности.

3.Содержание программы

3.1. Учебный план 1- 2 года обучения

№ п/п	Наименование темы	Всего	Теоретические занятия	Практические занятия
Модуль № 3				
1	Физическая культура и спорт в России. Развитие хоккея в России. Гигиенические знания и навыки, закаливание. Режим питания спортсмена Правила игры, организация и проведение соревнований по хоккею.	8	8	-
2	Специальная физическая подготовка.	42	-	42
3	Общая физическая подготовка.	24	-	24
4	Техническая подготовка.	22	-	22
	Итого:	96	8	88
Модуль № 4				
1	Техническая подготовка.	52	-	52
2	Тактика игры в хоккей.	40	-	40
3	Участие в соревнованиях по хоккею.	12	-	12
4	Аттестация учащихся.	16	2	14
	Итого:	120	2	118

3.2. Учебно—тематический план 1-2 года обучения

3

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
	Модуль № 3				
1	Физическая культура и спорт в России. Развитие хоккея в России Гигиенические знания и навыки, закаливание. Режим питания спортсмена Правила игры, организация и	8	8	-	Текущий контроль

	проведение соревнований по хоккею				
1.1	Физическая культура и спорт в России. Развитие хоккея в России	2	-	2	Самоконтроль
1.2	Знание правил и требований личной гигиены, обязательны для каждого культурного человека. После занятий физ. упражнениями необходимо принимать душ, если это не возможно, обязательно сменить белье.	2	-	2	Самоконтроль
1.3	В рационе питания спортсменов должно быть значительное количество белка и углеводов	2	-	2	Самоконтроль
1.4	Временной интервал между тренировочными занятиями и следующим приемом пищи должен достигать тридцать - сорок минут для того, чтобы восстановилась функция кровообращения после напряженной физической нагрузки, и произошло перераспределение крови от задействованных в работе скелетных мышц к пищеварительным органам	2	-	2	Самоконтроль
2	Специальная физическая подготовка	42	-	42	Текущий контроль
2.1	Упражнения для развития быстроты.	2	-	2	Тематический контроль
2.2	Бег прыжками.	2	-	2	Тематический контроль
2.3	Стартовые рывки к шайбе с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение шайбой.	2	-	2	Тематический контроль
2.4	Эстафетный бег. Обводка препятствий	2	-	2	Тематический контроль
2.5	Переменный бег	2	-	2	Тематический контроль
2.6	Бег с "тенью" (повторение движений партнера).	2	-	2	Тематический контроль
2.7	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	2	-	2	Тематический контроль
2.8	Приседания с отягощением.	2	-	2	Тематический контроль
2.9	Подскоки и прыжки после приседа.	2	-	2	Тематический контроль
2.10	Прыжки на одной и на обеих ногах с продвижением	2	-	2	Тематический контроль
2.11	Спрыгивание (высота 40-80 см) с последующим прыжком вверх.	2	-	2	Тематический контроль

2.12	Подвижные игры типа "Волк во рву", "Челнок" и т.д. Вбрасывание шайбы на дальность.	2	-	2	Тематический контроль
2.13	Упражнения для развития специальной выносливости.	2	-	2	Тематический контроль
2.14	Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. Переменный бег.	2	-	2	Тематический контроль
2.15	Кроссы с переменной скоростью.	2	-	2	Тематический контроль
2.16	Многokrратно повторяемые специальные технико-тактические упражнения	2	-	2	Тематический контроль
2.17	Игровые упражнения с шайбой большей интенсивности	2	-	2	Тематический контроль
2.18	Тренировочные игры с увеличенной продолжительностью.	2	-	2	Тематический контроль
2.19	Игры с уменьшенным по численности составом.	2	-	2	Тематический контроль
2.20	Упражнения для развития быстроты	2	-	2	Тематический контроль
2.21	Кроссы с переменной скоростью.	2	-	2	Тематический контроль
3	Общая физическая подготовка	24	-	24	Текущий контроль
3.1	Строевые упражнения	2	-	2	Тематический контроль
3.2	Команды для управления строем.	2	-	2	Тематический контроль
3.3	Понятие о строе, шеренге, колонне, флангах, интервале, дистанции, направляющем, замыкающем, о предварительной и исполнительной командах.	2	-	2	Тематический контроль
3.4	Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две.	2	-	2	Тематический контроль
3.5	Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения	2	-	2	Тематический контроль
3.6	Общеразвивающие упражнения без предметов	2	-	2	Тематический контроль
3.7	Упражнения для рук и плечевого пояса.	2	-	2	Тематический контроль
3.8	Упражнения для мышц шеи.	2	-	2	Тематический контроль
3.9	Упражнения для туловища.	2	-	2	Тематический контроль
3.10	Упражнения для ног.	2	-	2	Тематический контроль
3.11	Упражнения с сопротивлением.	2	-	2	Тематический контроль
4	Техническая подготовка	22	-	22	

4.1	Широкое ведение шайбы в движении с переключением крюка клюшки через шайбу.	2		2	Тематический контроль
4.2	Ведение шайбы не отрывая крюка клюшки от шайбы.	2		2	Тематический контроль
4.3	Ведение шайбы дозированными толчками вперед.	2		2	Тематический контроль
4.4	Короткое ведение шайбы с переключением крюка клюшки.	2		2	Тематический контроль
4.5	Ведение шайбы коньками.	2		2	Тематический контроль
4.6	Обводка соперника на месте и в движении.	2		2	Тематический контроль
4.7	Длинная обводка. Короткая обводка.	2		2	Тематический контроль
4.8	Обводка с применением обманных действий-финтов.	2		2	Тематический контроль
4.9	Броски в процессе ведения.	2		2	Тематический контроль
4.10	Обводки и передач шайбы.	2		2	Тематический контроль
4.11	Броски шайбы с неудобной стороны	2		2	Тематический контроль
	Итого:	96	8	88	
	Модуль № 4				
1	Техническая подготовка	52		52	Текущий контроль
1.1	Широкое ведение шайбы в движении с переключением крюка клюшки через шайбу.	2		2	Тематический контроль
1.2	Ведение шайбы дозированными толчками.	2		2	Тематический контроль
1.3	Ведение шайбы коньками.	2		2	Тематический контроль
1.4	Длинная обводка. Короткая обводка.	2		2	Тематический контроль
1.5	Обводка с применением обманных действий-финтов.	2		2	Тематический контроль
1.6	Броски в процессе ведения.	2		2	Тематический контроль
1.7	Броски шайбы с неудобной стороны	2		2	Тематический контроль
1.8	Остановка шайбы крюком клюшки и рукояткой, коньком, рукой, туловищем.	2		2	Тематический контроль
1.9	Отбор шайбы клюшкой способом выбивания.	2		2	Тематический контроль
1.10	Отбор шайбы клюшкой способом подбивания клюшки соперника.	2		2	Тематический контроль

1.11	Обводка соперника на месте и в движении.	2		2	Тематический контроль
1.12	Ведение шайбы, не отрывая крюка клюшки.	2		2	Самоконтроль
1.13	Ведение шайбы, не отрывая крюка клюшки.	2		2	Тематический контроль
1.14	Короткое ведение шайбы с переключением крюка клюшки.	2		2	Тематический контроль
1.15	Короткое ведение шайбы с переключением крюка клюшки.	2		2	Самоконтроль
1.16	Отбор шайбы клюшкой способом подбивания клюшки соперника.	2		2	Самоконтроль
1.17	Отбор шайбы клюшкой способом подбивания клюшки соперника.	2		2	Самоконтроль
1.18	Обводки и передач шайбы.	2		2	Самоконтроль
1.19	Обводки и передач шайбы.	2		2	Тематический контроль
1.20	Остановка шайбы крюком клюшки и рукояткой, коньком, рукой, туловищем.	2		2	Тематический контроль
1.21	Остановка шайбы крюком клюшки и рукояткой, коньком, рукой, туловищем.	2		2	Тематический контроль
1.22	Броски шайбы с неудобной стороны	2		2	Тематический контроль
1.23	Броски шайбы с неудобной стороны	2		2	Тематический контроль
1.24	Ведение шайбы, не отрывая крюка клюшки.	2		2	Тематический контроль
1.25	Техника игры вратаря.	2		2	Тематический контроль
1.26	Техника игры вратаря.	2		2	Тематический контроль
2	Тактика игры в хоккей	40	-	40	Текущий контроль
2.1	Скоростное маневрирование и выбор позиции.	2	-	2	Тематический контроль
2.2	Отбор шайбы клюшкой.	2	-	2	Тематический контроль
2.3	Атакующие действия с шайбой.	2	-	2	Тематический контроль
2.4	Единоборство с вратарем.	2	-	2	Тематический контроль
2.5	Передачи шайбы – короткие, средние, длинные; передачи по льду и надо льдом.	2	-	2	Тематический контроль
2.6	Ведение обводка, бросок, прием	2	-	2	Тематический контроль

	шайбы.				контроль
2.7	Ведение обводка, бросок, прием шайбы.	2	-	2	Тематический контроль
2.8	Передачи шайбы – короткие, средние, длинные; передачи по льду и на до льдом.	2	-	2	Тематический контроль
2.9	Атакующие действия без шайбы.	2	-	2	Тематический контроль
2.10	Атакующие действия без шайбы.	2	-	2	Тематический контроль
2.11	Отбор шайбы перехватом.	2	-	2	Тематический контроль
2.12	Отбор шайбы перехватом.	2	-	2	Тематический контроль
2.13	Скоростное маневрирование и выбор позиции.	2	-	2	Тематический контроль
2.14	Скоростное маневрирование и выбор позиции.	2	-	2	Тематический контроль
2.15	Передачи шайбы – короткие, средние, длинные; передачи по льду и надо льдом.	2	-	2	Тематический контроль
2.16	Передачи шайбы – короткие, средние, длинные; передачи по льду и надо льдом.	2	-	2	Тематический контроль
2.17	Атакующие действия без шайбы.	2	-	2	Тематический контроль
2.18	Атакующие действия без шайбы.	2	-	2	Тематический контроль
2.19	Тактика игры вратаря.	2	-	2	Тематический контроль
2.20	Тактика игры вратаря.	2	-	2	Тематический контроль
3	Участие в соревнованиях по хоккею	12	-	12	Текущий контроль
3.1	Участие в соревнованиях Ульяновск Фок Лидер	2	-	2	Тематический контроль
3.2	Участие в соревнованиях Ульяновск Фок Лидер	2	-	2	Тематический контроль
3.3	Участие в соревнованиях Ульяновск Фок Лидер	2	-	2	Тематический контроль
3.4	Товарищеские игры	2	-	2	Тематический контроль
3.5	Товарищеские игры	2	-	2	Тематический контроль
3.6	Товарищеские игры	2	-	2	Тематический контроль
4	Аттестация учащихся	12	-	12	Текущий контроль
4.1	Контрольные нормативы	2	-	2	Тематический контроль

4.2	Контрольные нормативы	2	-	2	Тематический контроль
4.3	Контрольные нормативы	2	-	2	Тематический контроль
4.4	Контрольные нормативы	2	-	2	Тематический контроль
4.5	Контрольные нормативы	2	-	2	Тематический контроль
4.6	Контрольные нормативы	2	-	2	Тематический контроль
4.7	Контрольные нормативы	2	-	2	Тематический контроль
4.8	Контрольные нормативы	2	-	2	Тематический контроль
	Итого:	120	2	118	

3.3. Содержание учебного плана 1-2 года обучения

Модуль №1

1. Физическая культура и спорт в России, развитие хоккея в России.

Цель: Физическая культура – составная часть культуры, одно из средств воспитания, укрепления здоровья, всестороннего развития людей. Значение физической культуры для подготовки Российских людей к трудовой деятельности и защите Родины.

Теория: Характеристика хоккея, его значение и место в системе физического воспитания. Возникновение хоккея и его развитие в СССР и России. Первое первенство СССР по хоккею. Растущая популярность хоккея. Краткая характеристика соревнований по хоккею, проводимых в России. Участие советских и российских хоккеистов в розыгрыше первенств Мира, Европы и Олимпийских играх. Ведущие игроки и тренеры советского и российского хоккея. Вклад ведущих советских и российских хоккеистов и тренеров в развитие техники и тактики хоккея.

2. Гигиенические знания и навыки, закаливание, режим питания спортсмена, правила игры, организация и проведения соревнований по хоккею.

Цель: Личная гигиена: уход за кожей, волосами, ногтями, полостью рта. Вред курения.

Общий режим дня спортсмена. Значение правильного режима дня. Использование естественных факторов природы (солнце, воздух, вода) в целях закаливания организма. Обтирание, обливание, как гигиенические и закалывающие процедуры. Правила купания.

Теория: Закаливание в своей основе представляет своеобразную тренировку всего организма, и прежде всего терморегуляционного аппарата, к действию различных

метеорологических факторов. В процессе закаливания при многократном воздействии специфических раздражителей под влиянием нервной регуляции формируются определённые функциональные системы, обеспечивающие приспособительный эффект организма. При этом приспособительные реакции происходят в нервной системе, в эндокринном аппарате, во внутренних органах, на тканевом и клеточном уровнях. Благодаря этому организм получает возможность безболезненно переносить чрезмерное воздействие холода, высокой температуры и т. п.

Практика: Приступать к закаливанию можно практически в любом возрасте. Однако чем раньше оно начато, тем здоровее и устойчивее будет организм. Предварительно следует обязательно посоветоваться с врачом. Он не только проверит состояние здоровья, но и поможет установить форму закаливающих процедур и их дозировку. При острых заболеваниях и явлениях обострения хронических недугов принимать закаливающие процедуры нельзя. В процессе закаливания необходимо систематически консультироваться с врачом и проверять эффективность процедур.

3.Специальная физическая подготовка.

Цель: Научить занимающихся ходить на коньках, приседать, переносить вес тела с одной ноги на другую, балансировать на одном коньке. Научить скольжению на двух коньках, научить самостоятельному движению по прямой, изучение движению по кругу, правому виражу, левому виражу, научиться пробежке, изучение торможения разными способами, изучение других упражнений катания на коньках: скольжение в положении «ласточка»; в глубоком приседе на двух ногах и на одной ноге; перебежки вправо, влево; движение спиной вперёд на прямой и на повороте; повороты на месте, прыжки на двух коньках через препятствие и т.д.

Теория: Это процесс воспитания физических качеств, обеспечивающий преимущественное развитие тех двигательных способностей, которые необходимы для конкретной спортивной дисциплины (вида спорта) или вида трудовой деятельности.

Практика: Обучение передвижению на коньках. При обучении хоккеиста, необходимо следить, чтобы голова ребёнка не была опущена, и он мог видеть всё поле перед собой (не смотреть себе под ноги).

Обучение торможению: торможение переступанием, торможение полуплугом, торможение плугом, торможение двумя коньками с поворотом в сторону, торможение наружным ребром правого конька.

Упражнения простого катания на коньках: повороты на месте ;упражнение «ласточка»; скольжение на согнутых ногах в глубоком приседе ; скольжение на одном коньке по дуге вперёд , наружу; движение спиной вперёд по прямой и на повороте в правую и левую стороны; повороты кругом в движении; подвижные игры («Пятнашки», «Третий лишний» , эстафеты и т.д.)

Обучение посадки: овладеть положением посадки, овладеть посадкой в специальных упражнениях хоккеиста, овладеть посадкой в беге на коньках.

Обучение бегу по прямой состоит из: обучения движения ног; обучения согласования всех движений; обучения бегу с оптимальными углами отталкивания; обучения оптимальному ритму шага; обучение оптимальному темпу бега.

Обучение бегу на повороте: обучение постановке левого конька на нужное ребро; обучение скрестному шагу при большом наклоне к центру; обучение толчку левой ногой скользящим вперёд коньком; обучение согласованности всех движений.

4.Общая физическая подготовка.

Цель: Достижение высокого уровня общей работоспособности занимающихся.

Теория: Это система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств(сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость) в их гармоничном сочетании. В основе общей физической подготовки может быть любой вид спорта или отдельный комплекс упражнений, допустим: гимнастика, бег, аэробика, единоборства, плавание, любые подвижные игры.

Главное избежать узкой специализации и гипертрофированного развития только одного физического качества за счёт и в ущерб остальных.

Практика: Утренняя гимнастика. Ознакомление с упрощёнными правилами игры в ручной мяч, баскетбол.

Обще развивающие упражнения без предметов:

Поднимание и опускание рук в стороны, вперед, сведение рук вперед и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперед и в стороны, тоже в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с разминочным положением рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращение ног в положении лежа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук.

Акробатические упражнения:

Кувырок вперед с шага. Два кувырка вперед. Кувырок назад из седа. Длинный кувырок вперед. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперед и назад в положение, лежа прогнувшись. «Мост» из положения лежа на спине. «Полу шпагат».

Легкоатлетические упражнения

Бег с ускорением до 30 м. Бег с высокого старта до 30м. Бег по пересеченной местности до 1000м. Бег медленный до 15 мин. Бег повторный до 6*20 и 4*30. Бег 200м.

Подвижные игры и эстафеты:

«Бой петухов», «Удочка», «Сильный бросок», «Борьба за мяч», «Не давай меня водящему», «Защита крепости». Эстафеты с бегом, преодоление препятствий, переноской набивных мячей.

Спортивные игры:

Ручной мяч. Баскетбол по упрощённым правилам.

Специальные упражнения для развития быстроты: Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5-10м

из различных исходных положений: стоя лицом, боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада.

Специальные упражнения для развития ловкости:

Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч, то же, выполняя в прыжке, поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки с мячом».

Модуль №2

1.Общая физическая подготовка.

Цель: Достижение высокого уровня общей работоспособности занимающихся.

Теория: Это система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств(сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость) в их гармоничном сочетании. В основе общей физической подготовки может быть любой вид спорта или отдельный комплекс упражнений, допустим: гимнастика, бег, аэробика, единоборства, плавание, любые подвижные игры. Главное избежать узкой специализации и гипертрофированного развития только одного физического качества за счёт и в ущерб остальных.

Практика: Утренняя гимнастика. Ознакомление с упрощенными правилами игры в ручной мяч, баскетбол.

Обще развивающие упражнения без предметов:

Поднимание и опускание рук в стороны, вперед, сведение рук вперед и разведение, круговые вращения, сгибание и разгибание рук в упоре на высоте пояса. Наклоны туловища вперед и в стороны, тоже в сочетании с движениями рук. Круговые движения туловища с разминочным положением рук (на поясе, за головой, вверх). Поднимание и вращение ног в положении лежа на спине. Полуприседание и приседание с различными положениями рук.

Акробатические упражнения:

Кувырок вперед с шага. Два кувырка вперед. Кувырок назад из седа. Длинный кувырок вперед. Стойка на лопатках перекатом назад из упора присев. Перекаты вперед и назад в положение, лежа прогнувшись. «Мост» из положения лежа на спине. «Полу шпагат».

Легкоатлетические упражнения

Бег с ускорением до 30 м. Бег с высокого старта до 30м. Бег по пересеченной местности до 1000м. Бег медленный до 15 мин. Бег повторный до 6*20 и 4*30. Бег 200м.

Подвижные игры и эстафеты:

«Бой петухов», «Удочка», «Сильный бросок», «Борьба за мяч», «Не давай меня водящему», «Защита крепости». Эстафеты с бегом, преодоление препятствий, переноской набивных мячей.

Спортивные игры:

Ручной мяч. Баскетбол по упрощённым правилам.

Специальные упражнения для развития быстроты: Упражнения для развития стартовой скорости. По сигналу (преимущественно зрительному) рывки на 5-10м из различных исходных положений: стоя лицо боком и спиной к стартовой линии, из приседа, широкого выпада.

Специальные упражнения для развития ловкости:

Прыжки с разбега толчком одной и двух ног, стараясь достать головой высоко подвешенный мяч, то же, выполняя в прыжке, поворот направо и налево. Имитация ударов ногами по воображаемому мячу в прыжке. Держание мяча в воздухе (жонглирование), чередуя удары различными частями стопы, бедром, головой. Подвижные игры: «Живая цель», «Салки с мячом».

2.Техническая подготовка.

Цель: Достижение максимально возможного для данного индивидуума уровня технико-тактической, физической и психической подготовленности, обусловленного спецификой вида спорта и требованиями достижения максимально высоких результатов в соревновательной деятельности.

Теория: Это часть процесса подготовки спортсмена, которая преимущественно направлена на овладение техникой избранного вида спорта и совершенствование в ней на различных этапах подготовки. Кроме того, имеется в виду и овладение техникой всех тех общеразвивающих и специальных упражнений, которые используются в тренировке.

Практика: Техника бега на коньках коротким и скользящим шагом. Торможения — плугом, полуплугом и с поворотом на 90°. Переход с медленного бега на коньках на быстрый. Движения переступанием по кругу вправо и влево (перебежка). Движение спиной вперед по прямой и дугам. Прыжки через препятствия толчком одной и обеими ногами. Рывки с места. Ускорения.

Техника владения клюшкой. Обучение способам держания клюшки (основной и широкий) в различные моменты игры. Ведение шайбы (плавное, короткое и не отрывая клюшки от шайбы) перед собой, по дуге вправо и влево, между стойками. Ведение шайбы клюшкой и коньком с броском о борт.

Броски шайбы. Бросок шайбы с места по льду и по воздуху (справа и слева). То же в движении (слева и справа).

Остановка шайбы. Остановка шайбы, скользящей по льду слева, справа, крюком клюшки, рукояткой клюшки. Остановка шайбы коньком (внутренней и внешней стороной конька), рукой.

Обманные движения (финты) клюшкой и туловищем.

Техника игры вратаря. Основная стойка вратаря. Принятие основной стойки по сигналу, после кувырка, бега, выполнения гимнастических упражнений. Броски мяча в стенку и ловля после отскока. Жонглирование двумя мячами. Ловля мяча от стены после удара теннисной ракеткой. Одновременная передача мяча друг другу в парах. Отбивание шайбы, посылаемой игроком или тренером. Ловля шайбы

свободной от клюшки рукой. Положение вратаря при отбивании. Отбивание скользящей шайбы.

3.Тактика игры в хоккеей.

Цель: Зрительный контроль, видение поля, игровое мышление, интуиция.

Теория: Это индивидуальные, звеньевые и командные действия, направленные на достижение конкретного результата в игре и зависящие от степени сопротивления соперника и результата, складывающегося по ходу матча.

Практика: 1. Обводка соперника применяется только в случае невозможности дальнейшего развития атаки с помощью передач или для создания численного преимущества.

2. Осуществляя маневренное катание, игроки обязаны постоянно осуществлять зрительный контроль на игроке, владеющем шайбой.

3. Хоккеист, владеющий шайбой, обязан сделать передачу партнёру, находящемуся в более выгодной игровой позиции для продолжения атаки или её завершения; нельзя переадресовывать шайбу игроку не готовому к её приёму.

4. Завершающая стадия атаки должна проходить, как правило, в одно касание, чтобы лишить обороняющихся времени на обдумывание и принятия адекватных мер противодействия по разрушению атаки.

5. Импровизация допустима только в пределах ранее разученных схем взаимодействия игроков (комбинаций), в противном случае она будет носить хаотичный характер.

4.Участие в соревнованиях по хоккею

Цель: Популяризация дальнейшего развития детско-юношеского хоккея; повышение качества учебно-тренировочной и воспитательной работы в спортивные школы; выявление перспективных молодых хоккеистов для формирования сборных команд федеральных округов, молодежных команд; определение победителей для участия в финальных играх Первенства России среди клубных команд.

5.Аттестация учащихся.

Цель: Установление факта и степени усвоения учащимися программного материала

путем сравнения уровня их знаний и способов действий с требованиями программы и

образовательного стандарта. Завершается эта процедура оцениванием.

Модуль №3

1.Физическая культура и спорт в России, развитие хоккея в России.

Цель: Физическая культура – составная часть культуры, одно из средств воспитания, укрепления здоровья, всестороннего развития людей. Значение

физической культуры для подготовки Российских людей к трудовой деятельности и защите Родины.

Теория: Характеристика хоккея, его значение и место в системе физического воспитания. Возникновение хоккея и его развитие в СССР и России. Первое первенство СССР по хоккею. Растущая популярность хоккея. Краткая характеристика соревнований по хоккею, проводимых в России. Участие советских и российских хоккеистов в розыгрыше первенств Мира, Европы и Олимпийских играх. Ведущие игроки и тренеры советского и российского хоккея. Вклад ведущих советских и российских хоккеистов и тренеров в развитие техники и тактики хоккея.

2. Гигиенические знания и навыки, закаливание, режим питания спортсмена, правила игры, организация и проведения соревнований по хоккею.

Цель: Организация соревнований по хоккею Системы розыгрыша первенства: круговая, смешанная, с выбыванием; составление таблиц розыгрыша и календаря игр.

Права и обязанности игроков, составы команд, замена игроков. Возрастное деление игроков и продолжительность игр для различных возрастных групп.

Судейская коллегия соревнований. Права и обязанности судей, учет времени игр, судейская терминология и жестикауляция, взаимоотношения между судьями в ходе игры.

Оборудование мест соревнований, площадка, ее размеры и разметка, специальное оборудование для проведения соревнований. Инвентарь и снаряжение игроков. Разбор функций отдельных судей. Методика судейства. Роль судьи как воспитателя.

Положение о соревнованиях и его содержание.

Рацион спортсмена должен включать продукты всех 6 групп, особенно молочные и мясные, являющиеся источником полноценного белка. Рекомендуется включать в питание в достаточном количестве овощи и фрукты, которые легко усваиваются, а также снабжают организм углеводами, минеральными веществами и некоторыми витаминами.

Теория: Закаливание в своей основе представляет своеобразную тренировку всего организма, и прежде всего терморегуляционного аппарата, к действию различных метеорологических факторов. В процессе закаливания при многократном воздействии специфических раздражителей под влиянием нервной регуляции формируются определённые функциональные системы, обеспечивающие приспособительный эффект организма. При этом приспособительные реакции происходят в нервной системе, в эндокринном аппарате, во внутренних органах, на тканевом и клеточном уровнях. Благодаря этому организм получает возможность безболезненно переносить чрезмерное воздействие холода, высокой температуры и т. п.

Практика: Приступать к закаливанию можно практически в любом возрасте. Однако чем раньше оно начато, тем здоровее и устойчивее будет организм.

Предварительно следует обязательно посоветоваться с врачом. Он не только проверит состояние здоровья, но и поможет установить форму закаливающих процедур и их дозировку. При острых заболеваниях и явлениях обострения хронических недугов принимать закаливающие процедуры нельзя. В процессе закаливания необходимо систематически консультироваться с врачом и проверять эффективность процедур.

3.Специальная физическая подготовка.

Цель: Научить занимающихся ходить на коньках, приседать, переносить вес тела с одной ноги на другую, балансировать на одном коньке. Научить скольжению на двух коньках, научить самостоятельному движению по прямой, изучение движению по кругу, правому виражу, левому виражу, научиться пробежке, изучение торможения разными способами, изучение других упражнений катания на коньках: скольжение в положении «ласточка»; в глубоком приседе на двух ногах и на одной ноге; перебежки вправо, влево; движение спиной вперёд на прямой и на повороте; повороты на месте, прыжки на двух коньках через препятствие и т.д.

Теория: Это процесс воспитания физических качеств, обеспечивающий преимущественное развитие тех двигательных способностей, которые необходимы для конкретной спортивной дисциплины (вида спорта) или вида трудовой деятельности.

Практика: Обучение передвижению на коньках. При обучении хоккеиста, необходимо следить, чтобы голова ребёнка не была опущена, и он мог видеть всё поле перед собой (не смотреть себе под ноги).

Обучение торможению: торможение переступанием, торможение полуплугом, торможение плугом, торможение двумя коньками с поворотом в сторону, торможение наружным ребром правого конька.

Упражнения простого катания на коньках: повороты на месте ;упражнение «ласточка»; скольжение на согнутых ногах в глубоком приседе ; скольжение на одном коньке по дуге вперёд , наружу; движение спиной вперёд по прямой и на повороте в правую и левую стороны; повороты кругом в движении; подвижные игры («Пятнашки», «Третий лишний» , эстафеты и т.д.)

Обучение посадки: овладеть положением посадки , овладеть посадкой в специальных упражнениях хоккеиста , овладеть посадкой в беге на коньках.

Обучение бегу по прямой состоит из: обучения движения ног; обучения согласования всех движений; обучения бегу с оптимальными углами отталкивания; обучения оптимальному ритму шага; обучение оптимальному темпу бега.

Обучение бегу на повороте: обучение постановке левого конька на нужное ребро; обучение скрестному шагу при большом наклоне к центру; обучение толчку левой ногой скользящим вперёд коньком; обучение согласованности всех движений.

4.Общая физическая подготовка.

Цель: Достижение высокого уровня общей работоспособности занимающихся.

Теория: Это система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств(сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость) в их гармоничном сочетании. В основе общей физической подготовки может быть любой вид спорта или отдельный комплекс упражнений, допустим: гимнастика, бег, аэробика, единоборства, плавание, любые подвижные игры.

Практика: Утренняя гимнастика. Ознакомление с упрощенными правилами игры в ручной мяч, баскетбол.

Модуль №4

1.Общая физическая подготовка.

Цель: Достижение высокого уровня общей работоспособности занимающихся.

Теория: Это система занятий физическими упражнениями, которая направлена на развитие всех физических качеств(сила, выносливость, скорость, ловкость, гибкость) в их гармоничном сочетании. В основе общей физической подготовки может быть любой вид спорта или отдельный комплекс упражнений, допустим: гимнастика, бег, аэробика, единоборства, плавание, любые подвижные игры. Главное избежать узкой специализации и гипертрофированного развития только одного физического качества за счёт и в ущерб остальных.

Практика: Утренняя гимнастика. Ознакомление с упрощенными правилами игры в ручной мяч, баскетбол.

2.Техническая подготовка.

Цель: Достижение максимально возможного для данного индивидуума уровня технико-тактической, физической и психической подготовленности, обусловленного спецификой вида спорта и требованиями достижения максимально высоких результатов в соревновательной деятельности.

Теория: Это часть процесса подготовки спортсмена, которая преимущественно направлена на овладение техникой избранного вида спорта и совершенствование в ней на различных этапах подготовки. Кроме того, имеется в виду и овладение техникой всех тех общеразвивающих и специальных упражнений, которые используются в тренировке.

Практика: Техника бега на коньках коротким и скользящим шагом. Торможения — плугом, полуплугом и с поворотом на 90°. Переход с медленного бега на коньках на быстрый. Движения переступанием по кругу вправо и влево (перебежка). Движение спиной вперед по прямой и дугам. Прыжки через препятствия толчком одной и обеими ногами. Рывки с места. Ускорения.

Техника владения клюшкой. Обучение способам держания клюшки (основной и широкий) в различные моменты игры. Ведение шайбы (плавное, короткое и не отрывая клюшки от шайбы) перед собой, по дуге вправо и влево, между стойками. Ведение шайбы клюшкой и коньком с броском о борт.

Броски шайбы. Бросок шайбы с места по льду и по воздуху (справа и слева). То же в движении (слева и справа).

Остановка шайбы. Остановка шайбы, скользящей по льду слева, справа, крюком

клюшки, рукояткой клюшки. Остановка шайбы коньком (внутренней и внешней стороной конька), рукой.

3.Тактика игры в хоккей.

Цель: Зрительный контроль, видение поля, игровое мышление, интуиция.

Теория: Это индивидуальные, звеньевые и командные действия, направленные на достижение конкретного результата в игре и зависящие от степени сопротивления соперника и результата, складывающегося по ходу матча.

Практика: 1. Обводка соперника применяется только в случае невозможности дальнейшего развития атаки с помощью передач или для создания численного преимущества.

2. Осуществляя маневренное катание, игроки обязаны постоянно осуществлять зрительный контроль на игроке, владеющем шайбой.

3. Хоккеист, владеющий шайбой, обязан сделать передачу партнёру, находящемуся в более выгодной игровой позиции для продолжения атаки или её завершения; нельзя переадресовывать шайбу игроку не готовому к её приёму.

4. Завершающая стадия атаки должна проходить, как правило, в одно касание, чтобы лишить обороняющихся времени на обдумывание и принятия адекватных мер противодействия по разрушению атаки.

5. Импровизация допустима только в пределах ранее разученных схем взаимодействия игроков (комбинаций), в противном случае она будет носить хаотичный характер.

4.Участие в соревнованиях по хоккею

Цель: Популяризация дальнейшего развития детско-юношеского хоккея; повышение качества учебно-тренировочной и воспитательной работы в спортивные школы; выявление перспективных молодых хоккеистов для формирования сборных команд федеральных округов, молодежных команд; определение победителей для участия в финальных играх Первенства России среди клубных команд.

5.Аттестация учащихся.

Цель: Установление факта и степени усвоения учащимися программного материала путем сравнения уровня их знаний и способов действий с требованиями программы и образовательного стандарта. Завершается эта процедура оцениванием.

4. Планируемые результаты 1 года обучения

Модуль №1

Личностные:

- Понимание необходимости здорового образа жизни;

- Сформированная мотивация к занятиям хоккеем;
- Устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды;
- Внимание, память, мышление, воображение;
- Выносливость, быстрота, сила, реакция, ловкость;
- Стремление к достижению общего результата;
- Высокий уровень технико-тактической подготовки;
- Поддержание уровня физической подготовленности.

Метапредметные:

- Коммуникативные навыки; умение свободно общаться с окружающими; толерантность.
- Чувство патриотизма;
- Чувство ответственности за общий результат;
- Организованность и пунктуальность

Предметные:

- Владение специальной терминологией;
- Знание истории мирового и отечественного хоккея на траве;
- Знание основных видов профилактики заболеваний и травм;
- Правильность выполнения различных физических упражнений;
- Знание основных и специальных элементов игры в хоккей;

Модуль №2

Личностные:

- воспитание общечеловеческих ценностей, общей культуры;
- понимание необходимости здорового образа жизни; и сформированность навыков ЗОЖ.

Метапредметные:

- коммуникативные навыки; умение свободно общаться с окружающими; толерантность.
- чувство патриотизма;
- чувство ответственности за общий результат;
- организованность и пунктуальность.

Предметные:

- Владение техникой передвижения, остановок, поворотов и стоек, ведение шайбы, ударов по воротам, защиты, нападений
- Владение тактикой игры, тактикой особого нападения, позиционные нападения без изменения позиций игроков;
- Выполнение основных технико-тактических упражнений;
- Правильное распределение своих сил для выполнения физических нагрузок

Планируемые результаты 2 года обучения

Модуль №3

Личностные:

- развивать мотивацию к занятиям по хоккею;
- устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды;
- внимание, память, мышление, воображение;
- выносливость, быстроту, силу, реакцию, ловкость;
- стремление к достижению общего результата;
- высокий уровень технико-тактической подготовки.

Метапредметные:

- выполнять основные физические упражнения;
- правильно распределять свои силы для выполнения физических нагрузок;
- поддерживать свой уровень физической подготовленности;
- с пониманием относиться к другим ребятам

Предметные:

- знать терминологию;
- историю мирового и отечественного хоккея;
- основные виды профилактики заболеваний и травм;
- правильность выполнения различных физических упражнений;

Модуль №4

Личностные:

- воспитание общечеловеческих ценностей, общей культуры;
- понимание необходимости здорового образа жизни; и сформированность навыков ЗОЖ.

Метапредметные:

- коммуникативные навыки; умение свободно общаться с окружающими; толерантность.
- чувство патриотизма;
- чувство ответственности за общий результат;
- организованность и пунктуальность.

Предметные:

- знать терминологию;
- историю мирового и отечественного хоккея;
- основные и специальные элементы игры в хоккей.

5. Календарный учебный график 1- 2 года обучения

Год обучения	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
Модуль №3	01.09.2024	31.12.2024	16	96	3 раза в неделю по 2 академических часа
Модуль №4	01.01.2025	31.05.2025	20	120	3 раза в неделю по 2 академических часа

Календарный учебный график

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата планируемая (число, месяц)	Дата фактическая (число, месяц)	Причина изменения даты
	Модуль №3						
1	Физическая культура и спорт в России. Развитие хоккея в России	2	Беседа	Текущий контроль			
2	Знание правил и требований личной гигиены, обязательны для каждого культурного человека. После занятий физ. упражнениями необходимо принимать душ, если это не возможно, обязательно сменить белье.	2	Беседа, Практическая работа	Текущий контроль			
3	В рационе питания спортсменов должно быть значительное количество белка и углеводов. Временной интервал между тренировочными занятиями и	2	Практическая работа	Текущий контроль			

	следующим приемом пищи должен достигать тридцать – сорок минут для того, чтобы восстановилась функция кровообращения после напряженной физической нагрузки, и произошло перераспределение крови от задействованных в работе скелетных мышц к пищеварительным органам.						
4	Упражнения для развития быстроты.	2	Беседа, Практическая работа	Текущий контроль			
5	Бег прыжками.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
6	Стартовые рывки к шайбе с последующим ударом по воротам, в соревнованиях с партнером за овладение шайбой	2	Практическая работа	Текущий контроль			
7	Эстафетный бег. Обводка препятствий	2	Беседа, Практическая работа	Текущий контроль			
8	Переменный бег	2	Практическая работа	Текущий контроль			
9	Бег с "тенью" (повторение движений партнера).	2	Практическая работа	Текущий контроль			
10	Упражнения для развития скоростно-силовых качеств.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
11	Приседания с отягощением.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
12	Подскоки и прыжки после приседа.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
13	Прыжки на одной и на обеих ногах с продвижением.	2	Беседа, Практическая работа	Текущий контроль			
14	Спрыгивание (высота 40-80 см) с последующим прыжком вверх	2	Практическая работа	Текущий контроль			
15	Подвижные игры типа "Волк во рву", "Челнок" и т.д. Вбрасывание шайбы на дальность.	2	Практическая работа	Текущий контроль			

16	Упражнения для развития специальной выносливости.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
17	Повторное выполнение беговых и прыжковых упражнений. Переменный бег.	2	Беседа, Практическая работа	Текущий контроль			
18	Кроссы с переменной скоростью.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
19	Многokrратно повторяемые специальные технико-тактические упражнения	2	Практическая работа	Текущий контроль			
20	Игровые упражнения с шайбой большей интенсивности.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
21	Тренировочные игры с увеличенной продолжительностью	2	Практическая работа	Текущий контроль			
22	Игры с уменьшенным по численности составом.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
23	Упражнения для развития быстроты	2	Беседа, Практическая работа	Текущий контроль			
24	Кроссы с переменной скоростью.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
25	Многokrратно повторяемые специальные технико-тактические упражнения	2	Беседа, Практическая работа	Текущий контроль			
26	Прыжки на одной и на обеих ногах с продвижением.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
27	Игровые упражнения с шайбой большей интенсивности	2	Практическая работа	Текущий контроль			
48	Тренировочные игры с увеличенной продолжительностью.	2	Беседа, Практическая работа	Текущий контроль			
	Итого:	96					
	Модуль №4						
1	Подскоки и прыжки после приседа.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
2	Игры с уменьшенным по численности составом.	2	Практическая работа	Промежуточный контроль			
3	Строевые упражнения	2	Беседа, Практическая работа	Текущий контроль			
4	Команды для управления строем.	2	Практическая работа	Текущий контроль			

5	Понятие о строе, шеренге, колонне, флангах, интервале, дистанции, направляющем, замыкающем, о предварительной и исполнительной командах.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
6	Повороты на месте. Перестроение из одной шеренги в две.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
7	Переход с шага на бег и с бега на шаг. Изменение скорости движения.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
8	Общеразвивающие упражнения без предметов.	2	Практическая работа	Промежуточный контроль			
9	Упражнения для рук и плечевого пояса.	2	Беседа, Практическая работа	Текущий контроль			
10	Упражнения для мышц шеи.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
11	Упражнения для туловища.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
12	Упражнения для ног.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
13	Упражнения с сопротивлением. придавая ему различную по крутизне траекторию полета и направление полета.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
14	Общеразвивающие упражнения с предметами..	2	Практическая работа	Текущий контроль			
15	Широкое ведение шайбы в движении с перекладыванием крюка клюшки через шайбу.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
16	Ведение шайбы не отрывая крюка клюшки от шайбы.	2	Практическая работа	Промежуточный контроль			
17	Ведение шайбы дозированными толчками вперед.	2	Беседа, Практическая работа	Текущий контроль			
18	Короткое ведение шайбы с перекладыванием крюка клюшки.	2	Практическая работа	Текущий контроль			
19	Ведение шайбы коньками.	2	Беседа, Практическая работа	Текущий контроль			
20	Обводка соперника на месте и в движении.	2	Практическая работа	Текущий контроль			

21	Выбор момента и Длинная обводка. Короткая обводка.	2	Беседа, Практичес кая работа	Текущий контроль			
22	Обводка с применением обманных действий- финтов.	2	Беседа, Практичес кая работа	Текущий контроль			
23	Броски в процессе ведения.	2	Беседа, Практичес кая работа	Текущий контроль			
24	Обводки и передач шайбы.	2	Беседа, Практичес кая работа	Текущий контроль			
25	Броски шайбы с неудобной стороны.	2	Беседа, Практичес кая работа	Текущий контроль			
26	Эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий из гимнастических снарядов, переноской, расстановкой и сбором предметов, переноской грузов, метанием в цель, бросками и ловлей шайбы.	2	Беседа, Практичес кая работа	Промежуточ ный контроль			
27	Подвижные игры и эстафеты. Легкоатлетические упражнения	2	Беседа, Практичес кая работа	Текущий контроль			
28	Бег на 30.Бег на 60.	2	Практичес кая работа	Текущий контроль			
29	Бег на 100.	2	Конкурсно- игровая программа	Текущий контроль			
30	Широкое ведение шайбы в движении с перекладыванием крюка клюшки через шайбу.	2	Конкурсно- игровая программа	Текущий контроль			
31	Ведение шайбы дозированными толчками.	2	Конкурсно- игровая программа	Текущий контроль			
32	Ведение шайбы коньками.	2	Конкурсно- игровая программа	Текущий контроль			
33	Длинная обводка. Короткая обводка.	2	Конкурсно- игровая программа	Текущий контроль			
34	Обводка с применением обманных действий- финтов.	2	Конкурсно- игровая программа	Текущий контроль			
35	Броски в процессе ведения.	2	Конкурсно- игровая	Текущий контроль			

			программа				
36	Броски шайбы с неудобной стороны.	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
37	Остановка шайбы крюком клюшки и рукояткой, коньком , рукой , туловищем..	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
38	Отбор шайбы клюшкой способом выбивания.	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
39	Отбор шайбы клюшкой способом подбивания клюшки соперника	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
40	Обводка соперника на месте и в движении.	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
41	Ведение шайбы не отрывая крюка клюшки	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
42	Короткое ведение шайбы с переключением крюка клюшки.	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
43	Взаимодействие в Обводки и передач шайбы.	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
44	Техника игры вратаря.	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
45	Скоростное маневрирование и выбор позиции.	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
46	Отбор шайбы клюшкой.	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
47	Атакующие действия с шайбой.	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
48	Единоборство с вратарем.	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
49	Передачи шайбы – короткие, средние, длинные; передачи по льду и на до льдом.	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
50	Ведение обводка, бросок, прием шайбы.	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
51	Атакующие действия без шайбы	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
52	Отбор шайбы перехватом.	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			

53	Тактика игры вратаря	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
54	Участие в соревнованиях Ульяновск Фок Лидер	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
55	Участие в соревнованиях Ульяновск Фок Лидер	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
56	Участие в соревнованиях Ульяновск Фок Лидер	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
57	Участие в соревнованиях Ульяновск Фок Лидер	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
58	Товарищеские игры	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
59	Товарищеские игры	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
60	Товарищеские игры	2	Конкурсно-игровая программа	Текущий контроль			
	Итого:	120					

5.1. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Для реализации образовательной программы используются:

- спортивные залы СОШ, зал тяжёлой атлетики
- хоккейные площадки ЦДТ
- спортивный инвентарь: клюшки, коньки, шайба, мячи: футбольный, волейбольный, баскетбольный, форма хоккейная (защитная), стенка гимнастическая, скамейка гимнастическая, гири, штанга, гантели.

Учебно-тренировочный процесс осуществляется на основе современной методики тренировки с применением технических средств обучения и восстановительных мероприятий и строится на базе освоения тренировочных и соревновательных нагрузок, рациональной организации режима дня и учебы, производственной деятельности.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются групповые и теоретические занятия, занятия по индивидуальным планам, учебно-тренировочные сборы, участие во внутришкольных, территориальных, региональных соревнованиях, матчевых встречах, осуществление восстановительных, профилактических, оздоровительных мероприятий, медико-биологического обследования, педагогического тестирования. Просмотр учебных фильмов, кинопрограмм и спортивных мероприятий.

Информационное обеспечение - дидактические и учебные материалы, DVD-записи спортивных игр и соревнований с участием ведущих команд мирового хоккея, методические разработки в области хоккея.

5.2. Формы контроля

Контроль является составной частью подготовки юных хоккеистов и одной из функций управления тренировочным процессом.

Объективная информация о состоянии хоккеистов в ходе тренировочной и соревновательной деятельности позволяет тренеру анализировать получаемые данные и вносить соответствующие корректировки в процессе подготовки.

В теории и практики спорта принято различать следующие виды контроля: этапный, текущий и оперативный.

Этапный контроль: предназначен для оценки устойчивого состояния спортсмена и кумулятивного тренировочного эффекта. Проводится в конце конкретного этапа.

Текущий контроль проводится для получения информации о состоянии хоккеиста после серии занятий и игр для внесения соответствующих коррекций в тренировочную и соревновательную деятельность.

Оперативный контроль направлен на получение срочной информации о переносимости тренировочных нагрузок и оценки срочного тренировочного эффекта конкретного упражнения или их серии. С этой целью проводятся педагогические наблюдения за ходом занятия с регистрацией ЧСС до выполнения упражнения и после него. Однако наибольшее внимание уделяется педагогическому контролю, как наиболее доступному и информативному.

Педагогический контроль по направленности и содержанию охватывает три основных раздела.

1. Контроль уровня подготовленности хоккеистов (оценка физической подготовленности и уровня технико-тактического мастерства).
2. Контроль соревновательной деятельности (оценка соревновательных нагрузок и эффективности соревновательной деятельности).
3. Контроль тренировочной деятельности (оценка тренировочных нагрузок и эффективности тренировочной деятельности).

Эффективность тренировочного процесса определяется по степени выполнения тренировочных заданий в занятиях, по динамике контрольных показателей технико-тактической и физической подготовленности.

Для оценки общей физической подготовки, специальной физической подготовки и технико-тактической подготовки применяются тесты. В таблице представлены нормативы по общей, специальной физической и технической подготовленности на все этапы подготовки юных хоккеистов.

Оценочные материалы

Контрольные нормативы для обучающихся

(Использованы материалы: В.А.Быстров, "Основы обучения и тренировки юных хоккеистов". Издательство "Терра-Спорт" 2000 г.)

Контрольные нормативы хоккеистов 7-10 лет

ТЕСТЫ		ВОЗРАСТ								
		7-8 лет			8-9 лет			9-10 лет		
		ОТЛ	ХОР	УД	ОТЛ	ХОР	УД	ОТЛ	ХОР	УД
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА										
1	Отжимание в упоре лежа (кол-во раз)	28	24	18	35	31	27	40	36	29
2	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	-	-	-	-	-	-	8	5	3
3	Прыжки в длину с места (см)	165	161	150	172	166	155	176	171	160
4	Бег 60 м (сек)	11,1	11,4	11,7	10,9	11,1	11,4	10,5	10,8	11,0
5	Бег 300 м (сек)	62,5	64,5	68,5	61,0	63,5	67,0	59,0	60,5	63,5
СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА										
1	Бег на коньках 36 м лицом вперед (сек)	7,2	7,4	7,7	6,9	7,1	7,3	6,6	6,8	7,0
2	Бег на коньках 36 м спиной вперед (сек)	9,6	9,9	10,3	9,2	9,5	9,9	8,8	9,4	9,7
3	Челночный бег на коньках 9 х 6 м (сек)	19,2	19,8	20,5	18,6	19,1	19,7	17,9	18,7	19,4
4	Слаломный бег на коньках без шайбы (сек)	15,1	15,9	16,7	14,0	14,8	15,6	13,4	14,1	14,8
5	Слаломный бег с ведением шайбы (сек)	16,5	17,4	18,3	15,7	16,2	16,8	15,3	15,7	16,2
6	Техника владения клюшкой и шайбой (разница времени)	1,42	2,06	2,7	0,84	1,45	2,06	0,5	0,98	1,46

прохождения тестов 4 и 5)									
---------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Контрольные нормативы хоккеистов 10-13 лет

ТЕСТЫ	ВОЗРАСТ									
	10-11 лет			11-12 лет			12-13 лет			
	ОТЛ	ХОР	УД	ОТЛ	ХОР	УД	ОТЛ	ХОР	УД	
ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА										
1	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	10	9	7	11	9	8	13	11	10
2	Прыжки в длину с места (см)	195	188	180	201	193	185	-	-	-
3	Тройной прыжок с места (см)	-	-	-	-	-	-	599	586	572
4	Поднимание туловища	47	43	40	48	44	41	48	45	42
5	Бег 60 м (сек)	9,66	9,98	10,3	8,96	9,25	9,54	8,52	8,73	8,93
6	Бег 300 м (сек)	55,1	55,9	56,6	52,6	53,7	54,7	49,6	50,8	52,0
7	Бег 3000 м (мин)	14,12	14,30	14,48	13,0	13,24	13,48	12,42	13,06	13,24
СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА										
1	Бег на коньках 36 м лицом вперед (сек)	6,1	6,2	6,4	5,7	5,8	6,0	5,4	5,5	5,7
2	Бег на коньках 36 м спиной вперед (сек)	8,3	8,6	8,8	7,9	8,2	8,4	7,4	7,8	8,1
3	Челночный бег на коньках 18x12 м (сек)	56,7	57,8	58,9	54,6	55,9	57,3	51,5	52,5	53,7
4	8-минутный бег на коньках (км)	2,654	2,599	2,442	2,870	2,790	2,710	3,250	2,950	2,850
5	Слаломный бег на коньках без шайбы лицом вперед (сек)	27,0	27,9	28,7	26,5	27,4	28,3	25,1	26,0	26,9
6	Слаломный бег с	29,1	30,1	31,0	28,0	29,1	30,2	27,1	27,9	28,0

	ведением шайбы (сек)									
7	Техника владения клюшкой и шайбой (разница времени прохождения тестов 5 и 6)	1,19	1,74	2,31	0,93	1,38	1,82	0,90	1,31	1,71
8	Точность бросков шайбы в цель	9	8	7	13	12	10	15	13	12

Контрольные нормативы с 13 до 16 лет

ТЕСТЫ		ВОЗРАСТ								
		13-14 лет			14-15 лет			15-17 лет		
		ОТЛ	ХОР	УД	ОТЛ	ХОР	УД	ОТЛ	ХОР	УД
<u>ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА</u>										
1	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	14	13	12	15	13	12	16	14	13
2	Тройной прыжок с места (см)	650	636	621	693	680	668	-	-	-
3	Пятикратный прыжок (см)	-	-	-	-	-	-	12,55	12,33	12,10
4	Поднимание туловища (кол-во раз за 60 сек)	49	46	44	50	48	45	51	49	46
5	Бег 60 м (сек)	8,32	8,48	8,63	7,93	8,13	8,34	7,71	7,92	8,14
6	Бег 300 м (сек)	46,5	47,3	48,2	44,8	45,6	46,3	43,3	44,3	45,2
7	Бег 3000 м (мин)	11,30	11,42	12,00	11,06	11,18	11,36	11,00	11,12	11,24
<u>СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА</u>										
1	Бег на коньках 36 м лицом вперед (сек)	5,1	5,2	5,3	5,0	5,1	5,2	4,9	5,0	5,1

2	Бег на коньках 36 м спиной вперед (сек)	7,3	7,5	7,7	6,8 7,1	7,3	6,4	6,7	6,9	
3	Челночный бег на коньках 18x12 м (сек)	49,9	50,6	51,0	48,5	49,8	51,1	46,7	47,7	48,6
4	8-минутный бег на коньках (км)	3,080	2,895	2,890	3,100	3,000	2,905	3,155	3,085	3,015
5	Слаломный бег на коньках без шайбы лицом вперед (сек)	24,4	25,0	25,6	24,1	24,7	25,2	23,81	24,2	24,7
6	Слаломный бег с ведением шайбы (сек)	25,8	26,5	27,2	25,6	26,3	27,0	24,8	25,3	25,8
7	Техника владения клюшкой и шайбой (разница времени прохождения тестов 5 и 6)	0,72	1,13	1,54	0,46	1,11	1,32	0,52	0,83	1,13
8	Точность бросков шайбы в цель	17	16	14	19	17	15	19	17	16

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методическая часть программы включает учебный материал по основным видам подготовки, рекомендуемые объемы тренировочных и соревновательных нагрузок.

Подготовка строится на основе следующих методических положений:

- использование общепедагогических (дидактических) принципов воспитывающего обучения (сознательности и активности занимающихся, наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации, прочности и прогрессирования);

- целевая направленность к мастерству и наивысшим спортивным достижениям путем неуклонного роста объема средств общей и специальной подготовки, соотношения между которыми изменяются из года в год в сторону увеличения объема специальной подготовки;

- оптимальное соотношение (соразмерность) различных сторон подготовленности спортсмена в процессе многолетнего обучения;

- стремление к тому, чтобы объем и интенсивность упражнений возрастали по мере улучшения физической подготовленности юных спортсменов. Отдача предпочтения упражнениям динамического характера, приучая занимающихся к различному темпу их выполнения;

- поиск средств, позволяющих решать одновременно несколько задач (например: сочетание физической и технической подготовки);

- моделирование соревновательной деятельности в тренировочном процессе;

- использование централизованной подготовки наиболее перспективных обучающихся на учебно-тренировочных сборах с привлечением к работе лучших специалистов.

Теоретическая подготовка – это формирование у занимающихся специальных знаний, необходимых для успешной деятельности в спортивной аэробике, осуществляется в ходе практических занятий и самостоятельно.

Организационно-методические особенности подготовки юных спортсменов.

Подготовка строится на основе следующих методических положений:

- использование общепедагогических (дидактических) принципов воспитывающего обучения: сознательности и активности занимающихся, наглядности, систематичности, доступности, индивидуализации, прочности и прогрессирования;

- стремиться к тому, чтобы объем и интенсивность упражнений возрастали по мере улучшения физической подготовленности юных спортсменов;

Интегральная подготовка направлена на приобретение соревновательного опыта, повышение устойчивости к соревновательному стрессу и надежности выступлений. Может осуществляться в процессе соревнований и модельных тренировок.

Методическое обеспечение

Раздел	Форма занятий	Методы и приемы организации учебно-тренировочного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение	Форма контроля
1	2	3	4	5
Теоретическая подготовка	- беседа; - просмотр фотографий, рисунков и таблиц, учебных видеофильмов	- сообщение новых знаний; - объяснение; - работа с учебно-методической литературой;	- фотографии; - рисунки; -учебные и методические пособия; -специальная литература;	- участие в беседе; -краткий пересказ учебного материала; - семинары; -устный анализ к рисункам, фотографиям, фильмам.

	- самостоятельное чтение специальной литературы; -практические занятия	-работа по фотографиям; -работа по рисункам; -работа по таблицам; -практический показ.	-учебно-методическая литература; - журналы -научно-популярная литература; - оборудование и инвентарь.	
Общая физическая подготовка	-учебно-тренировочное занятие	- словесный; - наглядный; - практический; - самостоятельный показ и подбор упражнений (проблемное обучение)	-учебные и методические пособия; -учебно-методическая литература.	контрольные нормативы по общей физической подготовке. - врачебный контроль.
Специальная физическая подготовка	- учебно-тренировочное занятие	- словесный; - наглядный; - практический; - самостоятельный показ и подбор упражнений (проблемное обучение)	- фотографии; - рисунки; - учебные и методические пособия; -учебно-методическая литература.	контрольные нормативы и упражнения текущий контроль.
Техническая подготовка	-учебно-тренировочное занятие - групповая, подгрупповая, фронтальная, индивидуально-фронтальная.	- словесный; - наглядный; - практический; - самостоятельный показ и подбор упражнений (проблемное обучение)	- фотографии; - рисунки; - учебные и методические пособия; -учебно-методическая литература; - инвентарь.	контр.упр. нормативы и контр. тренировки. текущий контроль.
Соревнования	- контрольная тренировка; - соревнование	- практический;	- инвентарь	протокол соревнований, промежуточный, итоговый
Контрольно-переводные испытания	фронтальная, индивидуально-фронтальная.	- практический; - словесный;	-инвентарь, методические пособия;	протокол вводный, текущий.
Медицинский контроль	групповая, подгрупповая, индивидуально-фронтальная.	- практический; - словесный;	- оборудование для тестирования.	вводный.

6. Список литературы для педагога

1. Букатин А.Ю. Калужанов В.М. Юный хоккеист – М.: Физкультура и спорт, 2006.
2. Дерябин С.Е. Контроль за подготовкой юных хоккеистов – М.: Физкультура и спорт, 2001.
3. Климин В.П. Колосков В.И. Управление подготовкой хоккеистов – М.: Физкультура и спорт, 2002.
4. Никонов Ю.В. Игра и подготовка юного вратаря – М.: Полымя, 2009.
5. Никонов Ю.В. Подготовка квалифицированных хоккеистов – Мн.: Аскар, 2003г.
6. Никонов Ю.В. Хоккей с шайбой. Программа для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва (2-е изд. исправленное и дополненное)., - Мн.: Министерство спорта и туризма Республики Беларусь, 2006.
7. Савин В.П. Теория и методика хоккея – М.: Академия 2003.
8. Твист П. Хоккей. Теория и практика – М.: Астрель АСТ, 2006.
9. Третьяк В. мастерство вратаря М.: Мир, 2003.

7. Список литературы для детей и родителей

1. Афанасьев, Сергей Большое хоккейное созвездие / Сергей Афанасьев. - М.: Спорт, 2010.
2. Даккорд, Б. Игра вратаря в хоккее с шайбой / Б. Даккорд. - М.: Олимпийская литература, 2013
3. Звонков, В. Л. Англо-русский энциклопедический словарь хоккейной терминологии / English-Russian Encyclopedic Dictionary of Hockey Terminology / В.Л. Звонков. - М.: Р.Валент, 2009
4. Кукушкин, В. Хоккей нового времени / В. Кукушкин. - М.: Спорт, 2015
5. Кукушкин, Всеволод Montreal Canadiens - 100 лет / Всеволод Кукушкин, Геннадий Богуславский. - М.: Вагриус, 2009
6. Кукушкин, Всеволод Стенка на стенку! Хоккейное противостояние Канада - Россия / Всеволод Кукушкин. - М.: Человек, 2010
7. Кукушкин, Всеволод Это - наша игра! Лучшие хоккейные матчи / Всеволод Кукушкин. - М.: Человек, 2009.
8. Молодежная Хоккейная Лига. Сезон 2011/2012. Альманах. - М.: Человек, 2013
9. Практическое руководство для тренеров. Программа ИИХФ. В 4 ступенях (комплект). - М.: Человек, 2012
10. Раззаков, Федор Валерий Харламов. Легенда №17 / Федор Раззаков. - М.: Алгоритм, 2014
11. Раззаков, Федор Владислав Третьяк. Легенда №20 / Федор Раззаков. - М.: Алгоритм, 2014
12. Раззаков, Федор Легенды отечественного хоккея / Федор Раззаков. - М.: Эксмо, 2014.
13. Спасский, О. Д. Хоккей / О.Д. Спасский, А.А. Рюмин. - М.: Физкультура и спорт,
14. Хизриева, Оксана Шестой игрок. Книга для хоккейных болельщиков и о хоккейных болельщиках / Оксана Хизриева. - М.: Спорт, 2012.
15. Хоккей для начинающих. - М.: Астрель, АСТ, 2001.

8.Перечень интернет-ресурсов:

1. Все о хоккее - <http://allhockey.ru>
2. Газета "Советский Спорт" - <http://www.sovsport.ru>
3. Газета "Спорт Экспресс" - <http://www.sport-express.ru>
4. Газета "Футбол Плюс Хоккей" - <http://www.fhplus.ru>
5. Газета "Прессбол" - <http://pressball.by>
6. Детский хоккей (форум) - <http://kidshockey.ru>
7. Жизнь в хоккее - www.lifeinhockey.ru
8. Мир Хоккея - <http://hockey-world.net>
9. Наш Хоккей - <http://www.russian-hockey.ru>
10. Статистика хоккея - <http://r-hockey.ru>
11. Спорт день за днем - <http://www.sportsdaily.ru>
12. Спорт.ру - <http://sport.ru>
13. Телеканал "Спорт" - <http://www.sportbox.ru>
14. Федерация хоккея России - <http://www.fhr.ru>
15. Хоккейное обозрение - <http://www.hockeyreview.ru>
16. Хоккейная Правда - <http://www.hockeypravda.ru>
17. Хоккейная Страна - <http://www.hockeyland.ru>
18. Чемпионат. ру - <http://www.championat.ru>